

Sanni Jurmu

**KOKKOLAN ENSI- JA TURVAKODIN TYÖNTEKIJÖIDEN
KOKEMUKSIA LÄHISUHDEVÄKIVALLAN UHRIEN
SELVIYTYMISPROSESSISTA**

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma
Joulukuu 2017**

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Joulukuu 2017	Tekijä Sanni Jurmu
Koulutusohjelma Sosionomi (AMK)		
Työn nimi KOKKOLAN ENSI- JA TURVAKODIN TYÖNTEKIJÖIDEN KOKEMUKSIA LÄHISUHDEVÄKIVALLAN UHRIEN SELVIYTYMISPROSESSISTA		
Työn ohjaaja Pirjo Forss-Pennanen		Sivumäärä 39 + 1
Työelämäohjaaja Carola Holmbäck-Puskala		
<p>Tämä opinnäytetyö kuvaa lähisuhdeväkivaltaa kokeneen henkilön selviytymisprosessia turvakodin työntekijöiden näkökulmasta. Työn tilaajana toimi Kokkolan Ensi- ja turvakoti Aina. Tarkoituksena oli selvittää, miten väkivaltaa kokeneen selviytymisprosessi käynnistyy ja etenee sekä miten väkivaltaa kokenut selviää kriisistään. Lisäksi selvitettiin millainen on turvakodin työntekijän rooli tässä prosessissa ja mitkä tekijät estävät ja tukevat väkivaltaa kokeneen selviytymistä.</p> <p>Opinnäytetyö on luonteeltaan laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Aineistonkeruumenetelmänä käytin teemahaastattelua. Teoriapohjana on käytetty kriisistä, traumaattisesta kriisistä, lähisuhdeväkivallasta ja siitä selviytymisestä kertovia teoksia. Haastattelun tulokset tukevat saatavilla olevaa teoretietoa. Lähisuhdeväkivalta on hyvin monimuotoinen ja maailmanlaajuinen ilmiö, joka usein jää piiloon kodin seinien sisäpuolelle. Siitä irrottautuminen on vaikeaa, mutta mahdollista.</p> <p>Tuloksista ilmeni, että selviytymisprosessi on aina yksilöllinen. Prosessin pituus voi vaihdella lyhyestä ajasta jopa vuosiin. Lähisuhdeväkivalta aiheuttaa traumaattisen kriisin, joten kriisiprosessin vaiheissa ja selviytymisprosessissa on havaittavissa osittain yhteneväisyyksiä. Avainasemassa selviytymisen kannalta on oikea-aikainen avun hakeminen sekä sen vastaanottaminen. Hyvä tukiverkosto, niin ammattilaisten kuin läheisten osalta, on merkittävä selviytymistä edistävä tekijä.</p> <p>Turvakodin työntekijät ovat suuressa roolissa väkivaltatyön osaamisessa. Usein väkivaltaa kokeneet ihmiset eivät ole tietoisia siitä, mitä lähisuhdeväkivalta on ja millaista apua turvakoti tarjoaa. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta lähisuhdeväkivallasta ja sen haitallisuudesta.</p>		

Asiasanat lähisuhdeväkivalta, kriisi, selviytymisprosessi, turvakoti
--

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date December 2017	Author Sanni Jurmu
Degree programme Degree Programme of Social Services		
Name of thesis THE RECOVERY PROCESS AMONG THE VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE AS EXPERIENCED BY PERSONNEL OF KOKKOLA MOTHER AND CHILD HOME AND SHELTER		
Instructor Pirjo Forss-Pennanen		Pages 39 + 1
Supervisor Carola Holmbäck-Puskala		
<p>This thesis describes the process of recovery among people who have experienced domestic violence from the point of view of reformatory personnel. The thesis work was commissioned by Kokkola Mother and Child Home and Shelter. The purpose was to find out how the process of recovery had started and proceeded and how the person who had experienced domestic violence had got through his/her crisis. In addition, it was clarified what the role of the personnel of the reformatory is in this process and what factors prevent and support the recovery process of the person who has experienced violence.</p> <p>This thesis consists of qualitative research. The method of collecting material was theme interview. The theory is based on literature about crisis, traumatic crisis, domestic violence and recovery from it. The results from the interviews support the background theory available about the topic. Domestic violence is a multiform and global phenomenon that often is hidden inside homes. It is difficult to detach oneself from it, but possible.</p> <p>The results indicate that the recovery process is always individual. The length of the process can vary from a short time to years. Domestic violence causes a traumatic crisis, therefore there are partly noticeable similarities between the phases of the crisis process and recovery. The key to recovery is to seek help at the right time and receiving it. A good support network of professionals, family and friends promotes recovery.</p> <p>The personnel of the reformatory have a big role in the know-how of domestic violence work. Often people who have experienced domestic violence are not aware of what domestic violence is and what kind of help the reformatory offers. The objective of the present thesis was to increase awareness about domestic violence and the harmfulness of it.</p>		
Key words Crisis, domestic violence, reformatory, survival process		

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	1
2 LÄHISUHDEVÄKIVALTA JA SEN MUODOT.....	3
2.1 Fyysinen väkivalta	4
2.2 Henkinen väkivalta.....	4
2.3 Seksuaalinen väkivalta	5
2.4 Taloudellinen väkivalta.....	6
2.5 Muita lähisuhdeväkivallan muotoja.....	6
2.6 Lähisuhdeväkivallan seuraukset	6
3 KRIISIT OSANA ELÄMÄÄ.....	8
3.1 Traumaattinen kriisi.....	8
3.2 Traumaattisen kriisin vaiheet.....	9
3.3 Kriisistä selviytyminen	11
4 LÄHISUHDEVÄKIVALLASTA SELVIITYMINEN.....	12
4.1 Havahtuminen	13
4.2 Häilyminen.....	14
4.3 Tunnustaminen	14
4.4 Surutyö ja työskentely.....	14
4.5 Uuden rakentaminen	15
5 TURVAKOTIPALVELUT LÄHISUHDEVÄKIVALLAA KOKENEILLE	17
5.1 Lait takaavat turvakotitoiminnan	17
5.2 Kokkolan Ensi- ja turvakoti Aina	18
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	19
6.1 Tavoite ja tarkoitus	19
6.2 Opinnäytetyön tutkimuskysymykset.....	20
6.3 Tutkimuksen luonne ja tutkimusmenetelmä.....	20
6.4 Aineistonkeruu.....	21
6.5 Aineiston analyysi	22
6.6 Tutkimuksen luotettavuus.....	23
7 TEEMAHAASTATTELUN TULOKSET	25
7.1 Lähisuhdeväkivaltaa kokeneen ensimmäiset askeleet kohti selviytymistä.....	25
7.2 Turvakodin työntekijän rooli selviytymisprosessissa	27
7.3 Kriisistä selviytyminen	28
7.3.1 Selviytymistä tukevat tekijät	28
7.3.2 Selviytymistä estävät tekijät	30
7.4 Lähisuhdeväkivaltaa kokenut tarvitsee monenlaista tukea	32
7.5 Yhteenveto.....	32
8 POHDINTA	34
LÄHTEET	37

LIITTEET

KUVIOT

KUVIO 1. Traumaattisen kriisin vaiheet	10
KUVIO 2. Lähisuhdeväkivaltaa kokeneen selviytymisprosessin keskeiset elementit	33

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aiheena on lähisuhdeväkivaltaa kokeneen selviytymisprosessi Kokkolan Ensi- ja turvakodin työntekijöiden näkökulmasta. Idean aiheeseeni sain suoritettuani opintoihini kuuluvan käytännön harjoittelun turvakodilla sekä työskenneltyäni siellä. Mieltä jäi askarruttamaan kysymys siitä, miksi niin monet sietävät lähisuhteissa ilmenevää väkivaltaa pitkiäkin aikoja ja väkivaltaiseen suhteeseen palataan usein myös turvakodilta lähdön jälkeen. Tulin lopputulokseen, että taustalla täytyy olla monia painavia syitä, koska irrottautuminen tuntuu olevan monelle perin haasteellista. Halusin saada vastauksia näihin pohdintoihini sekä laajemman käsityksen lähisuhdeväkivallan monimuotoisuudesta.

Opinnäytetyöni avulla haluan osaltani levittää tietoa lähisuhdeväkivallasta, sen vaikutuksista ja siitä, että lähisuhdeväkivallasta kannattaa hankkiutua eroon. Edelleen ilmiöön liittyy valitettavan paljon tietämättömyyttä, vaikka kyseessä on maailmanlaajuinen ongelma. Opinnäytetyöni pääkysymykset ovat: miten lähisuhdeväkivaltaa kokeneen selviytymisprosessi käynnistyy ja etenee, sekä miten lähisuhdeväkivaltaa kokenut henkilö selviää kriisistään?

Tutkimuskysymyksiin haettiin vastauksia haastattelemalla Kokkolan ensi- ja turvakodin työntekijöitä. Opinnäytetyöni on luonteeltaan laadullista tutkimusotetta noudatteleva ja tutkimusmenetelmänä käytin teemahaastattelua. Haastateltavina oli neljä, vuosien väkivaltatyökokemuksen omaavaa turvakodin työntekijää. Haastattelut suoritettiin Kokkolassa keväällä ja kesällä 2017.

Työni rakenne etenee siten, että aluksi käyn läpi tutkimuksen pääkäsitteet saatavilla olevan teoreettisen kirjallisuuden pohjalta. Teokset käsittelevät lähisuhdeväkivaltaa ilmiönä eri näkökulmista sekä väkivallasta selviytymistä. Selviytymistä ja kriisinäkökulmaa olen käsitellyt myös kriisiteorian avulla, sillä lähisuhdeväkivalta voi aiheuttaa sen kokijalle traumaattisen kriisin. Esittelen turvakotipalvelut sekä lain että työn tilaajan tarjoamien palveluiden kautta.

Opinnäytetyössäni kerron lähisuhdeväkivallasta ja sen eri muodoista: fyysisestä, henkisestä, seksuaalisesta, taloudellisesta sekä muista vähemmän ilmenevistä väkivallan muodoista. Käyn läpi myös kriisin, kriisiprosessin etenemisen ja siitä selviytymisen. Lähisuhdeväkivalta aiheuttaa kokijalleen usein traumaattisen kriisin, joten selviytymisprosessissa on

yhteneväisyyksiä kriisiprosessin kanssa. Lopuksi esittelen teemahaastattelun tulokset. Lähisuhdeväkivalta on moninainen, useisiin elämänalueisiin vaikuttava ja kietoutuva käsite, josta irrottautuminen ei ole helppoa. Irrottautuminen on kuitenkin mahdollista oman motivaation ja oikea-aikaisen ammattilaisista saatavan tuen avulla. Selviytymisprosessi on aina yksilöllinen ja se voi olla jopa usean vuoden pituinen. Prosessi ei myöskään etene aina suoraviivaisesti tai kronologisessa järjestyksessä. Viimeiseksi olen laatinut selviytymisprosessista kuvion havaintojeni perusteella.

2 LÄHISUHDEVÄKIVALTA JA SEN MUODOT

Suomessa lähisuhdeväkivallan yleisin muoto on parisuhdeväkivalta. Uhrina on yleisimmin nainen ja tekijänä oma kumppani sekä tapahtumapaikkana koti. (Marttala 2011, 37.) Väkivallan käyttäminen parisuhteessa on harkittua, sillä väkivaltaa käyttävät henkilöt valitsevat itse ajan, paikan ja tekotavan. Väkivallassa on kyse vallankäytöstä ja kontrollista. Niiden avulla koitetaan saada toinen ihminen toimimaan oman tahdon mukaisesti. Väkivallan käyttäjä voi tuntea itse olevansa heikossa tai jollain tapaa haavoittuvassa asemassa, jolloin hänen on yritettävä palauttaa hallinta itselleen väkivaltaa käyttäen. Väkivalta tuottaa uhrissa ja koko perheessä pelkoa ja uhkaa, joka aiheuttaa luottamuksen ja turvallisuuden tunteen menetyksen. (Väestöliitto 2017.) Väkivaltainen käyttäytyminen voi olla kausittaista. Välillä voi olla myös väkivallattomia aikoja, jolloin väkivallan käyttäjä saattaa olla hellä, huomaavainen ja rakastava. Lähisuhdeväkivallan tunnistaminen on vaikeaa, koska se voi olla parisuhteen tai perheen normaalia arkea eikä sitä näin ollen osata tunnistaa väkivallaksi. (Pääkaupungin turvakoti ry 2017.)

Aiemmin käytettiin yleisesti käsitettä perheväkivalta, jolla viitataan perheen sisällä tapahtuvaan väkivaltaan. Nykyään käytetään mieluummin termiä lähisuhdeväkivalta, sillä se kattaa väkivallan muodot laajemmin. Lähisuhdeväkivallalla kuvataan sellaista väkivaltaa, jossa tekijänä on uhrille eli kokijalle läheinen ihminen, esimerkiksi kumppani, perheenjäsen tai lähisukulainen. Fyysisen väkivallan lisäksi se voi ilmetä esimerkiksi henkisenä, seksuaalisena sekä taloudellisena väkivaltana. Yksilötason lisäksi lähisuhdeväkivalta on yhteiskunnallinen ongelma ja verrattain yleistä, mutta se tulee harvoin ulkopuolisten tahojen, kuten viranomaisten, tietoon. Lähisuhdeväkivalta on globaali, kulttuurista, uskonnosta tai yhteiskuntaluokista riippumaton ilmiö (Hautamäki 2013, 49). Siitä puhuminen on vaikeaa, sillä siihen liittyy häpeän, syyllisyyden ja pelon tunteita. Vain harva uhri ottaa itse väkivaltakokemukset puheeksi, joten auttajien tulisi kysyä asiasta suoraan. Kysyminen itsessään on jo interventio, joka auttaa uhria irrottautumaan väkivallasta. (Ahola & Ahola 2016, 54–55; Matikainen 2016.)

2.1 Fyysinen väkivalta

Fyysistä väkivaltaa on toisen ihmisen fyysisen koskemattomuuden loukkaaminen ja kehon satuttaminen. Siihen liittyy aina myös henkinen väkivalta, jota on usein ilmennyt jo ennen fyysistä väkivaltaa. Fyysistä väkivaltaa on kaikenlainen pahoinpitely, kuten lyöminen, potkiminen, kuristaminen, töniminen ja hiuksista repiminen. Tavaroiden rikkominen ja heittäminen toista ihmistä kohti ovat myös fyysistä väkivaltaa. (Hautamäki 2013, 52.) Erilaisia muotoja on useita, niitä rajoittaa vain väkivallan tekijän mielikuvitus (Marttala 2011, 44). Helpoiten tämä väkivallan muoto on tunnistettavissa silloin, kun siitä jää fyysisiä vammoja ja näkyviä jälkiä. Väkivalta voi ilmetä lisäksi läheisten perustarpeiden laiminlyönteinä. (Pääkaupungin turvakotiry 2017.)

Yleisin fyysisen väkivallan muoto on kiinnipitäminen, jota miespuolisista väkivallan tekijöistä oli käyttänyt huomattava osuus, 80 prosenttia. Liikkumisen estäminen sekä töniminen ovat toiseksi yleisimpiä muotoja. Puolison siirtäminen väkisin toiseen tilaan on myös yleistä. (Hautamäki 2013, 53.) Väkivalta alkaa lievänä ja raaistuu ajan kuluessa. Samalla rauhalliset, väkivallattomat jaksot lyhenevät. Suhteissa, joissa väkivaltaa käytetään jatkuvasti, on tavallista, että väkivalta muuttuu vakavaksi ja jopa hengenvaaralliseksi. Väkivallalla uhkailu on myös tyypillistä. Väkivallalla uhkailu, vakava fyysinen väkivalta ja seksuaalinen väkivalta kulkevat usein käsi kädessä. (Marttala 2011, 44.)

2.2 Henkinen väkivalta

Henkinen väkivalta on sanallista ja sanatonta, kuten pelottelua, alistamista, nimittelyä, huutamista, nöyryyttämistä, vähättelyä, painostamista, kontrollointia, häirintää ja syytelyä. Uhkaukset voivat liittyä muun muassa fyysiseen väkivaltaan, itsemurhaan tai lapsiin. Sosiaaliset suhteet heikkenevät ja voivat kadota jopa kokonaan, sillä tekijä voi estää uhria tapaamasta ystäviä ja sukulaisia. Henkinen väkivalta voi ilmetä myös puhelimen tarkastamisena, kuulusteluna ja kodin ulkopuolisen liikkumisen vahtimisena. Kokija voi tunnistaa tekijän käyttäytyvän väärin, mutta kokee itsensä niin huonoksi, epäonnistuneeksi tai hulluksi, että epäilee vian olevan itsessään ja näin ollen ansaitsevansa huonoa kohtelua. Mielenterveys voi horjua sekä normaalin ja epänormaalinen raja hävitä. Henkinen väkivalta vaikuttaa siihen, miten kohde näkee itsensä ja maailman ympärillään sekä rikkoo kohteen

kyvyn tulkita omia tunteitaan. Väkivallan tekijä hallitsee täysin uhrin itsetuntoa ja voi sanoilla ja teoilla joko nostaa tai nujertaa sen. (Marttala 2011, 46; Naisten linja 2017.)

Henkinen väkivalta koetaan usein vakavimmaksi väkivallan muodoksi. Se on myös rikos (Naisten linja 2017.) Väkivalta alkaa usein vähitellen ja lopulta traumatisoi uhrin. Pienikin väkivaltaan liittyvä vihjaus herättää muistot joko tietoisella tai tiedostamattomalla tasolla. Tästä johtuen kokija on jatkuvassa ylivirittyneisyytilassa. Henkistä kärsimystä, ahdistusta, tuskaisuutta ja jatkuvaa varuillaan oloa esiintyy myös. Uhri yrittää usein omalla käyttäytymisellään miellyttää väkivallan tekijää, jotta tämä ei saisi "aihetta" väkivaltaiseen käytökseen. Tämäkään ei usein toimi, joten lopulta uhri tuntee syvää toivottomuutta, arvottomuutta ja avuttomuutta. Uhrin mielipiteillä tai haluilla ei ole väliä ja tekijä voi kohdella häntä kuin esinettä. Tunteet vaihtelevat häpeästä syyllisyyteen sekä vihaan ja rakkauteen tekijää kohtaan. Uhri tuntee olevansa loukussa tilanteessaan. (Marttala 2011, 46–48.)

Yleisin henkisen väkivallan muoto on tarkoituksellinen hiljaa oleminen eli mykkäkoulu. Väkivaltainen käytös lähisuhteessa ilmenee usein ensimmäiseksi henkisenä väkivaltana, joka voi johtaa myöhemmin fyysisen väkivallan käyttöön. Tekijällä voi väkivaltaisen käytöksen aikana syntyä hetkellisesti positiivisia tunteita omien tavoitteiden saavuttamisesta ja vallan tunteesta, minkä vuoksi väkivalta toistuu ja pahenee ajan kuluessa. (Hautamäki 2013, 54–56.)

2.3 Seksuaalinen väkivalta

Seksuaalisen väkivallan yleisimpiä muotoja ovat puolison tarpeiden ja halujen huomiotta jättäminen sekä hellyyden osoituksista ja seksistä pidättäytyminen. Muita muotoja ovat esimerkiksi puolison pettäminen, pakottaminen ja painostaminen seksiin, ahdistelu lähentelemällä sekä satuttaminen seksuaalisesti ja vertailu seksuaalisesti muihin naisiin ja miehiin. (Hautamäki 2013, 57.) Jokaisella on oikeus päättää itse omasta kehostaan ja siitä, kuka saa koskea ja miten. Seksuaalisessa väkivallanteossa tekijä ei kunnioita uhrin oikeutta päättää itse omasta seksuaalisuudestaan. Mikäli suostumusta seksuaaliseen kanssakäymiseen ei ole, kyseessä on väkivallanteko. Suostumus, joka on saatu uhkailemalla tai painostamalla, on myös väkivaltaa. Teot, joista ei jää fyysisiä vammoja, haavoittavat silti syvästi uhria. (Naisten linja 2017.)

2.4 Taloudellinen väkivalta

Taloudellinen väkivalta ilmenee taloudellisena kiristämisenä, alistamisena, kavaltamisena ja rahan käytön kontrolloimisena. Väkivallan tekijä päättää yksin hankinnoista, estää uhrin rahankäytön tai käyttää hänen omaisuuttaan luvattomasti. Tekijä voi myös estää uhrin työssäkäynnin, esimerkiksi menemällä riehumaan uhrin työpaikalle. (Marttala 2011, 49–50.) Elatusavun pimittäminen ja omaisuuden tuhoaminen katsotaan myös väkivallaksi. Taloudellinen väkivalta kietoutuu henkiseen väkivaltaan kontrolloinnin kautta. Uhrin itsetunto murenee ja lopulta häneltä voi mennä usko omiin kykyihin tehdä taloudellisia päätöksiä. (Naisten linja 2017.)

2.5 Muita lähisuhdeväkivallan muotoja

Uskonnollinen väkivalta on esimerkiksi uskonnolliseen toimintaan osallistumisen kieltäminen. Tekijä voi pakottaa uhrinsa liittymään toiseen uskontokuntaan tai vähätellä ja halveksia hänen uskontoaan. Kemiallinen väkivalta ilmenee esimerkiksi lääkkeidenoton kieltämisenä tai yliannostuksena, pahimmillaan jopa myrkyttämisenä. Erityisesti kemiallista väkivaltaa käytetään lapsiin ja vanhuksiin. Vainoaminen on on ahdistelua ja häirintää, jota yksittäisinä tekoina on vaikea luokitella vahinkoa aiheuttavaksi tai rikolliseksi toiminnaksi. Se voi kuitenkin olla pitkäkestoista ja toistuvaa uhkailua, seuraamista ja tarkkailua. Henkilö johon vainoaminen kohdistuu, tuntee pelkoa ja ahdistusta edellä mainituista asioista sekä vainoajan yhteydenotoista. Vainoaminen sisältää fyysisen väkivallan uhan. Vainoaminen on kriminalisoitu Suomen rikoslaissa vuodesta 2014 lähtien. (Oikarinen 2014, 32–34.) Hoidon ja huolenpidon laiminlyönti, perheen kunniaan liittyvä väkivalta ja lapsen perustarpeista huolehtimatta jättäminen kuuluvat myös lähisuhdeväkivallan piiriin (Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri 2017).

2.6 Lähisuhdeväkivallan seuraukset

Väkivallan kokeminen on traumaattinen kokemus, josta tulee aina seurauksia. Erityisen vahingollista lähisuhdeväkivalta on siksi, että tekijä on läheinen ja rakas ihminen. (Hautamäki 2013, 67.) Väkivalta vaikuttaa hyvinvointiin, vaikka siitä ei jäisikään fyysisiä jälkiä.

Yksittäinenkin vakava tapahtuma voi aiheuttaa trauman, ja mitä pitempään väkivalta jatkuu, sitä vakavampia sen seuraukset ovat. Mikäli väkivalta toistuu usein, koetaan kriisi toisensa perään. Jatkuvaa väkivaltaa kokeva löytää erilaisia keinoja selvitä tilanteessa, mutta väkivalta ei lakkaa ikinä vahingoittamasta uudelleen. Uhrin luottamus muihin ihmisiin menee, jolloin myös avun hakeminen on hankalaa. Henkisen väkivallan seuraukset ovat kaikista raskaimpia kantaa. Väkivalta vaikuttaa jaksamiseen, työkykyyn, minäkuvaan, ja jotkut kokevat jopa ihmisarvonsa heikenneen. (Naisten linja 2017.) Väkivalta laskee uhrin itsetuntoa, tuottaa pelkoa, masennusta, häpeää, syyllisyyden ja nöyryytetyksi tulemisen tunteita, psyykkistä romahtamista ja unettomuutta. Lisäksi väkivaltaa kokeneet voivat sairastua mielenterveys- ja päihdeongelmiin. (Hautamäki 2013, 67–68.)

Perheessä tapahtuva väkivalta vaikuttaa lasten mielenterveyteen ja minäkuvaan. (Naisten linja 2017). Lapset yleensä tietävät perheessä tapahtuvasta väkivallasta, vaikka vanhemmat yleensä olettavat, että näin ei ole, sillä lapset eivät ole suoranaisesti sitä nähneet. Perheen järkkynyt turvallisuustilanne heijastuu lapsiin. Lapsi voi muuttua hiljaiseksi ja ahdistuneeksi tai aggressiiviseksi ja levottomaksi. Lapsen reagoititapa on aina yksilöllinen. (Ahola & Ahola 2016, 60.) Henkinen väkivalta ei vaikuta pelkästään uhrin ajatteluun tai mieleen, vaan johtaa fyysisiin reaktioihin samoin kuin fyysinen väkivalta. Henkisen väkivallan aiheuttama ylivirittyneisyys ja trauma voivat johtaa jatkuvaan pelon kokemiseen. Se ilmenee stressireaktioina, kuten hikoiluna, tihtyneenä sydämenlyönteinä, pahoinvointina ja paniikkihäiriöinä. Henkistä väkivaltaa sisältäneen suhteen jälkeen kohde saattaa kokea takauomia ja voimakkaita painajaisia. (Naisten linja 2017.) Lähisuhdeväkivallasta voi aiheutua myös fyysisiä vammoja, kuten luunmurtumia, mustelmia, palovammoja, keskenmenoja, sisäelinvammoja, sekä pahimmillaan se voi aiheuttaa uhrin kuoleman (Hautamäki 2013, 68).

3 KRIISIT OSANA ELÄMÄÄ

Kriisit ovat väistämätön osa elämää. Niitä syntyy silloin, kun elämässä tapahtuu jotain sellaista, missä aiemmin opitut keinot tehdä ratkaisuja eivät toimi. Se on vaikeus, jonka läpi on elettävä. Asia, mikä kriisin aiheuttaa, on hyvin yksilöllinen ja elämäntilanteesta riippuva. Usein taustalla on kuitenkin äkillinen ja yllättävä muutos elämässä. Syntyyn ja syvyyteen vaikuttaa se, kuinka suuri merkitys tapahtuneella on ihmiselle ja hänen elämälleen. Kriisi on ihmisen tapa reagoida menetykseen tai uhkaan siitä, että on menettämässä jotain tärkeää. Kriisi horjuttaa elämän tasapainoa ja muuttaa pysyvästi ihmistä ja hänen elämänsä. Sen aikana ihminen menettää väliaikaisesti hallinnan tunteensa. Ihminen voi kokea itsensä eksyneeksi, epävarmaksi ja stressaantuneeksi. Epäonnistuneet kriisin ratkaisuyritykset voivat heikentää toimintakykyä äkillisesti, jolloin normaalielämään kuuluvista toimista on vaikea selviytyä. Kriisiin liittyy riski pysyvistä toimintakyvyn heikkenemisestä ja pahimmillaan uhkana on psyykkisen häiriön kehittyminen. Toisaalta kriisi sisältää myös kasvun mahdollisuuden. Mikäli ihminen saa apua ja onnistuu käsittelemään kriisinsä hyvin, hän voi selviytyä siitä entistä vahvempana ja toimintakykyisempänä. (Ruishalme & Saaristo 2007, 26–28.)

Kriisit voivat olla seurausta hyvin monenlaisista tapahtumista. Taustalla voi olla jokin järkyttävä tapahtuma, monen kuormittavan asian yhtäaikaisuus tai luonnollinen, ennakoita elämäntapahtuma. Kriisit voidaan jakaa kehitys- ja elämäntilannekriiseihin traumaattisen kriisin lisäksi. Kyky kestää kriisiä on hyvin yksilöllinen. Toiset voivat selvitä hyvin vähin oirein, kun toiset taas voivat tarvita paljon apua ja pitkän toipumisajan. Perusturvallisuuden tunne heikkenee ja ihminen voi kokea avuttomuutta ja hätää. Unettomuus, ahdistus, masennus, ärtyneisyys ja fyysiset kivutkin ovat mahdollisia. Kriisi pakottaa elämän uudelleenarviointiin. (Suomen mielenterveysseura 2017a.)

3.1 Traumaattinen kriisi

Yhtäkkisiä, suurta tuskaa aiheuttavia menetyksiä kutsutaan traumaattisiksi kriiseiksi. Ihmisen normaali elämänkulku katkeaa ja hyvinvoinnin kokemus rikkoutuu. Kriisi on niin rankka ja odottamaton, että ihmisen voimavarat eivät riitä heti käsittelemään tilannetta. (Ruishalme & Saaristo 2007, 37.) Lähisuhdeväkivallan uhriksi joutuminen voi aiheuttaa traumaattisen kriisin

(Suomen mielenterveysseura 2017b). Luonteenomaista on, että traumaattiseen tapahtumaan ei voi valmistautua etukäteen, joten jokainen tapahtuma on uusi kriisi. Esimerkiksi väkivaltaan ei voi koskaan tottua, vaan jokainen väkivaltakokemus aiheuttaa uuden emotionaalisen kriisin. Väkivallan jatkuessa pitkään uhri voi tottua käyttämään erilaisia selviytymiskeinoja, mutta jokainen väkivaltakokemus itsessään aiheuttaa uuden emotionaalisen kriisin. (Lehtonen & Perttu 1999, 59.)

3.2 Traumaattisen kriisin vaiheet

Välittömästi traumaattisen tapahtuman jälkeen alkaa sokkivaihe (KUVIO 1). Se kestää yleensä pienestä hetkestä muutamaan vuorokauteen. Vaiheen tehtävänä on elämän suojeleminen ja fyysisen terveyden ylläpito. Reaktioita joita ihmisellä voi esiintyä sokkivaiheessa ovat esimerkiksi epäusko, tapahtuman torjuminen tai kieltäminen, lamaantuminen, paniikki. Tässä vaiheessa tapahtunutta ei kyetä vielä käsittämään ja ihminen ei välttämättä muista myöhemmin tämän vaiheen tapahtumia. (Ruishalme & Saaristo 2007, 70; Lapin yliopisto.)

Toisena vaiheena on reaktiovaihe (KUVIO 1), joka kestää muutamasta viikosta kuukauteen. Kieltäminen vähentyy, kun henkiset puolustuskeinot alkavat toimia paremmin. Tällöin traumaattinen tapahtuma tiedostetaan, sen aiheuttamat ajatukset tunnistetaan ja tunteet tulevat esille. Kriisissä oleva yrittää saada käsityksen siitä, miten kaikki tapahtui ja miksi. Ihminen voi kokea tässä vaiheessa masennusoireita, pelkoa, ahdistusta, syyllisyyttä, tai hän voi etsiä tapahtuneelle syyllistä. Fyysisiä oireita, kuten unettomuutta, ruokahaluttomuutta, vapinaa ja väsymystä voi ilmetä. (Ruishalme & Saaristo 2007, 70; Lapin yliopisto.) Traumaattiseen kriisiin sisältyy nöyryytyksen ja häpeän tuntemuksia ja väkivaltaa kokeneen itsekunnioitus ja -luottamus laskee. Tämä vaihe on erityisen tärkeä väkivaltaa kokeneen selviytymisen kannalta, sillä tänä aikana saatu apu ja tuki vaikuttavat siihen, miten uhri alkaa käsitellä kriisiä. (Lehtonen & Perttu 1999, 60.)

Kolmantena tulee kriisin työstämis- ja käsittelyvaihe (KUVIO 1), joka voi kestää muutamista kuukausista jopa useisiin vuosiin. Usein lähisuhdeväkivaltaa kokeneilla tämä vaihe voi alkaa vasta, kun väkivalta ja sen uhka ovat poistuneet hänen elämästään (Lehtonen & Perttu 1999, 61.) Tässä vaiheessa otetaan etäisyyttä tapahtuneeseen sekä luodaan todellisuuspohjainen ymmärrys kriisin aiheuttajasta ja tapahtumista. Tapahtunut hyväksytään osaksi elämää ja sitä

työstetään sekä kriisin aiheuttamat muutokset tiedostetaan. Omat arvot, vakaumukset, minäkuva ja tulevaisuuden suunnitelmat vaativat uudelleen tarkastelua tapahtuneen kriisin pohjalta. Elämänarvot ja tärkeysjärjestykset voivat myös kokea muutoksia. Ihmisellä voi esiintyä keskittymisvaikeuksia, ärtyneisyyttä ja vetäytymistä sosiaalisista suhteista. Usko tulevaisuuteen alkaa palautua hiljalleen. Huomioitavaa on, että tässä vaiheessa kriisireaktio voi jumittua ja muuttua psyykkiseksi häiriöksi. (Ruishalme & Saaristo 2007, 70; Lapin yliopisto.)

Viimeisenä tulee uudelleensuuntaamisen vaihe (KUVIO 1) eli uudelleenorientoitumisvaihe, jolloin lopullinen toipuminen tapahtuu. Kriisi on käsitelty niin, että se ei rajoita enää normaalielämää. Tunteita, kokemuksia ja ajatuksia voidaan prosessoida yksin, läheisten tai ammattiauttajien kanssa. Kriisin jälkeen ihminen ei ole ennallaan, mutta parhaassa tapauksessa valmistautunut kohtaamaan vastoinkäymisiä tulevaisuudessa paremmin. (Ruishalme & Saaristo 2007, 71; Lapin yliopisto.) Uudelleensuuntaamisen vaiheessa luodaan uutta perustaa elämälle, tehdään muutoksia ihmissuhteisiin ja päivittäisen elämän toimintamalleihin (Lehtonen & Perttu 1999, 61; Ruishalme & Saaristo 2007, 71).



KUVIO 1. Traumaattisen kriisin vaiheet

3.3 Kriisistä selviytyminen

Kriisin aiheuttamaa tapahtumaa tai menetystä ei voi eikä aina tarvitsekaan hyväksyä, mutta sen kanssa voi oppia elämään. Ihminen ikään kuin hyvästelee vanhan elämänsä siirtyessään kohti uutta. Tutusta ja turvallisesta asiasta irrottautuminen ahdistaa ja pelottaa. Kriisistä selviytyessä ihmisestä paljastuu uusia voimavaroja, joista he eivät olleet aiemmin välttämättä edes tietoisia. Jälkeenpäin ihminen voi tuntea itsensä vahvemmaksi ja osaa suojata itseään paremmin. Selviytyminen lisää ihmisen kyvykkyyden ja itseluottamuksen tunteita. Kriisiprosessi on psyykkisesti raskas ja hidas prosessi. Tukea tarvitaan usein lähipiirin lisäksi ammattiauttajilta. Kriisiprosessissa toivon merkitys on olennainen. Toivo on vapauttava ja parantava voima sekä syy jatkaa elämää. (Ruishalme & Saaristo 2007, 72–74.) Toivo on halua, että huominen olisi (Lindqvist 2004, 103).

4 LÄHISUHDEVÄKIVALLASTA SELVIYTYMINEN

Selviytyminen on irtaantumista väkivaltaisesta suhteesta. Se tarkoittaa väkivallan aiheuttamien seurausten ja oireiden poistumista, omanarvontunnon palautumista ja turvallisuuden tunteen lisääntymistä. Selviytyessä tietoisuus herää ja ihminen kokee olevansa osallinen omaan elämäänsä ja valintoihinsa. Se on kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin saavuttamista. Selviytyminen vaatii joko väkivaltaisen suhteen päättymisen tai suhteen jatkumisen väkivallattomana. Jälkimmäinen edellyttää yleensä sekä väkivallan tekijän että kokijan työskentelyä tahoillaan ammattilaisen kanssa. Selviytyminen on monesti pitkä prosessi. Usein pelkkä läheisten tuki ei riitä, vaan väkivallan kokija tarvitsee ammatillista ja terapeutista pitkäkestoista apua. (Väänänen 2011, 109–110.)

Selviytyminen tapahtuu pitkän ja yksilöllisen prosessin kautta. Prosessi ei etene kronologisesti vaiheesta vaiheeseen. Vaiheet voivat mennä limittäin ja niissä voidaan palata taakse päin sekä pysähtyä tiettyyn kohtaan. (Koskelainen 2001.) Selviytyminen on asteittaista muutosta voimavarojen lisääntymisen kautta. Vapautuminen väkivallasta antaa uhrille mahdollisuuden nähdä itsensä ja omat tarpeensa uudella tavalla. Tätä kautta hän pyrkii kääntämään negatiiviset, voimavaroja kuluttavat kokemukset viisaudeksi ja taidoiksi. (Lehtonen & Perttu 1999, 69–70.)

Selviytymisessä on kolme keskeistä aluetta: omien tarpeiden tutkiminen ja täyttäminen, niiden puolustaminen sekä niistä kiinni pitäminen. Väkivallan kokija palauttaa elämän kontrollinsa ja itsetuntonsa. Itsestään ja omista tarpeistaan huolehtiminen on keskeinen asia selviytymisessä sen vuoksi, että juuri nämä asiat ihminen menettää ollessaan väkivallan kohteena. Selviytymisprosessissa on oleellista käydä tapahtumat läpi ja selvittää omat tunteensa. Irrottautuminen ja selviytyminen eivät ole pelkästään uhrin omalla vastuulla. Ulkopuolisten ja tarpeenmukaisten tukimuotojen avulla lisätään uhrin omia voimavaroja ja siten mahdollisuuksia selviytyä. Tutkimusten mukaan kuitenkin vain 10 prosenttia väkivaltaa kokeneista hakee apua joltain auttajataholta (Oikarinen 2014, 28). Yhteiskunnallinen asenteiden muutos on tarpeen, jotta väkivaltaa kokeneet uskaltavat hakemaan apua. (Lehtonen & Perttu 1999, 70–71.)

Selviytymisen tuloksena on sisäinen eheys sekä voimaantuminen. Eheyden kokemus eli koherenssin tunne viittaa yksilön tapaan suhtautua elämään luottavaisesti ja positiivisesti. Ihminen kokee, että hänen sisäisen ja ulkoinen ympäristönsä ovat hallittavissa. Vahvan koherenssin omaava henkilö kykenee käyttämään eri resursseja ongelmatilanteissa ja ratkaisemaan ne tuloksellisesti. Voimaantuminen viittaa myös itseensä luottamiseen ja myönteiseen elämänasenteeseen. Se on ihmisestä itsestään lähtevä henkilökohtainen prosessi, johon vaikuttaa ihmiset, olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet. Ihminen uskoo omiin mahdollisuuksiinsa ja kykenee asettamaan päämääriä. Sosiaalisella kanssakäymisellä on vahva merkitys omia mahdollisuuksia koskevien uskomusten rakentumisessa. (Ojuri 2004, 55.)

Koskelaisen (2001) mukaan selviytymisprosessi voi edetä kahdeksan vaiheen mukaisesti. Aluksi tulee valmisteleva vaihe, sitten havahtuminen, jota seuraa etääntyminen, häilyminen, tunnustaminen ja lopuksi surutyö, työskentely ja uuden rakentaminen. Kuten sanottua, prosessi on kuitenkin aina yksilöllinen. Esittelen seuraavassa vaiheet, joita itse pidän keskeisimpinä sekä toistuvina ja joiden olen havainnoinut usein olevan osa prosessia. Tyypillistä on, että apua ja keinoja etsitään väkivallan loppumiseen, ei välttämättä tekijästä eroamiseen (Lehtonen & Perttu 1999, 69).

4.1 Havahtuminen

Tiedostettuaan olevansa väkivallan uhri ihminen yrittää käyttää ensin omia keinojaan vaikuttaakseen tilanteeseen. Keskusteluapua haetaan yleensä aluksi lähipiiristä, sukulaisilta tai ystäviltä. Väkivallan kokija kaipaa vahvistusta tunteilleen ja kokemuksilleen sekä ehdotuksia siitä, kuinka tilanteessa tulisi toimia. Apua voidaan etsiä aluksi lähisuhdeväkivallan seurauksiin, kuten vaikkapa unettomuuteen. Havahduttajana voi toimia myös väkivallan raaistuminen tai lapsien oirehteminen tilanteen vuoksi. Väkivallan kokija tunnistaa tarpeensa muutokseen ja tajuaa pystyvänsä muuttaa vain itseään. Koko elämä voi asettua uuteen valoon. (Koskelainen 2001, 53–54; Lehtonen & Perttu 1999, 68–69.)

Havahtuminen johtaa etääntymiseen. Etääntyminen voi tapahtua fyysisesti tai tunnetasolla. Fyysistä etäisyyttä voidaan hakea esimerkiksi turvakodista. Tunnetason etääntyminen tapahtuu muutoksina elämässä. Väkivallan kokija alkaa elää myös omaa elämää, tapaa ystäviään ja harrastaa. Elinympäristö on voinut olla niin kontrolloitua ja kapea-alaista,

väkivallan tekijän ympärillä pyörivää, ettei tilaa omalle elämälle ole ollut aiemmin. (Koskelainen 2001, 54–55; Marttala 2011, 47.)

4.2 Häilyminen

Tälle vaiheelle on ominaista tunteiden ja ajatusten ristiriitaisuus suhteessa tulevaisuuteen ja väkivallan tekijään. Parisuhteessa ilmenevän väkivallan osalta puoliset voivat muuttaa erilleen ja palata hetken kuluttua saman katon alle. Perheen hajoaminen mietityttää väkivallan kokijaa. Häilymisvaiheessa myös viestintä on ristiriitaista. Väkivallan kokija viestittää yhtä aikaa tai vuorotellen halua olla puolison kanssa ja halua erota. Mahdollisuus yhteiseen elämän jatkamiseen jätetään auki. Järki ja tunteet ovat ristiriidassa keskenään. Voi olla, että väkivallan kokija näkee tekijässä kaksi eri persoonaa, joista toinen on väkivaltainen ja toinen huomioiva. (Koskelainen 2001, 55–56.) Väkivallan tekijän myönteiset eleet saavat epäröimään tilannetta. Toisaalta oman identiteetin kehittymisen myötä kokija pystyy tarkastelemaan myös olemassa olevia kielteisiä asioita. (Hautamäki 2013, 78.)

4.3 Tunnustaminen

Tunnustaminen merkitsee tosiasioiden kohtaamista. Omaa elämää tarkastellaan rehellisesti, ilman salailua ja totuuden muuntelua. Väkivallan kokija myöntää itselleen kokemuksensa. Hän kykenee tiedostamaan omia ongelmiaan, käsittelemättömiä ja keskeneräisiä asioita. Väkivaltainen suhde on jollain tapaa palvellut häntä tai sitä on jostain syystä tarvittu. Väkivallan kokija ei esimerkiksi ole kykenevä solmimaan tasavertaista, molemminpuoliseen kunnioitukseen ja arvostukseen perustuvaa parisuhdetta. Hän on asettanut muut ihmiset itsensä edelle ja hakenut hyväksyntää hoitamalla muita. (Koskelainen 2001, 56.)

4.4 Surutyö ja työskentely

Väkivaltaa sisältäneen suhteen päättyessä edessä on surua ja luopumista (Koskelainen 2001, 56). Suru ei ole pelkästään ikävää ja kaipausta, vaan se voi näkyä myös vihan, pelon ja katkeruuden tunteina. Sureminen on kuitenkin näiden tunteiden kohtaamista ja käsittelyä.

(Rauta 2014, 106.) Suru on mielen tapa reagoida menetykseen, ja jokainen käsittelee sitä eri tavalla. Se muuttaa ihmistä ja monet kokevat olevansa erilaisia tapahtuneen jälkeen. Suru täytyy kuitenkin elää läpi ja se tulee saada käsitellä rauhassa. (Ruishalme & Saaristo 2007, 52–53.)

Väkivaltakokemuksia tulee työstää pala palalta, sitä mukaan kun uhri on siihen valmis. Usein väkivaltaa kokeneen on vaikea sanallisesti kuvata kokemuksiaan ja siihen liittyvää todellisuutta. Auttajatahon on hyvä sanoittaa kokemuksia, jotta ne jäsentyvät kaikilla työstämisen tasoilla. Väkivallan kokijalle voi tulla tarve työstää koko elämänhistoriaansa. Menneisyys liitetään nykyhetkeen ja tulevaisuuteen ja lopulta siitä muodostetaan yhtenäinen tarina. Vahvoja tunteita, kuten vihaa ja häpeää voi myös esiintyä. Puhumisen lisäksi kokemuksia voi tuoda esille esimerkiksi taiteen keinoin. Maalaamisen ja kirjoittamisen avulla voi purkaa tuntojaan juuri siinä muodossa ja siinä määrin kuin sillä hetkellä kykenee. (Koskelainen 2001, 57; Väänänen 2011, 114.)

4.5 Uuden rakentaminen

Tässä vaiheessa väkivallan kokijasta tulee ulkoa ohjautuvan objektin sijaan itsenäinen subjekti, joka itse päättää omasta elämästään ja rajoistaan. Omat tunteet ja tarpeet tulevat esille ja ne huomioidaan. Kadoksissa olleen itsensä löytämisen ja positiivisten kokemusten kerääminen vahvistavat itseluottamusta. Minä itse -ajattelu korostuu ja minän rajat selkiintyvät. Itsemääräämisoikeus palautuu. Uuden rakentaminen merkitsee eheytymistä. Toisaalta väkivallan kokija tunnistaa heikkoutensa, toisaalta voimansa ja vahvuutensa. Seksuaalisuus voi löytyä myös uudella tavalla. Aito minä murtautuu esille. (Koskelainen 2001, 57–58.) Vapautuminen väkivallasta on sen kokijalle dramaattinen muutos ja emotionaalisesti voimakas kokemus. Kontrolli omasta elämästä saavutetaan jälleen. Monet haluavat ottaa aktiivisesti osaa ympärillään olevaan elämään. (Lehtonen & Perttu 1999, 70.)

Uuden elämän aloittaminen voi näkyä ihmisessä myös ulospäin ulkoisen olemuksen muutoksena. Ulkonäköön voidaan panostaa esimerkiksi uusilla vaatteilla. Oma terveys ja fyysisestä kunnosta huolehteminen tulevat tärkeiksi asioiksi. Väkivallan kokija alkaa välittää taas itsestään. (Koskelainen 2001, 57.) Monet voivat aloittaa uuden ihmissuhteen väkivaltaisen suhteen jälkeen. Heistä tulee erityisen herkkiä tunnistamaan väkivaltaista käytöstä uusissa

suhteissa ja he reagoivat siihen nopeasti. Joutumista uudelleen väkivaltaiseen suhteeseen halutaan välttää. (Lehtonen & Perttu 1999, 70–71.)

5 TURVAKOTIPALVELUT LÄHISUHDEVÄKIVALTAA KOKENEILLE

Turvakotipalvelut ovat tarkoitettu kaikille lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille henkilöille. Turvakodit ovat tarkoitettu lyhytaikaiseen, turvalliseen asumiseen kriisijakson ajaksi. Jaksojen pituudet vaihtelevat yksilöllisesti tilanteen mukaan. Ne tarjoavat kriisiapua, ammatillista tukea, neuvontaa ja ohjausta akuutissa tilanteessa. Väkivaltaa kokenut saa turvan ja suojan lisäksi apua väkivallan loppumiseksi. Henkilöstö on paikalla ympärivuorokautisesti, ovet ovat aina lukittuina sekä tekniikka, esimerkiksi turvakamerat, ovat varmistamassa asiakkaiden turvallisuutta. Palvelu on ilmaista ja sinne voi saapua myös nimettömänä. (THL 2015.) Turvakotiin voi saapua oma-aloitteisesti tai sinne voidaan ohjata viranomaispalvelujen sekä terveys- ja sosiaalipalvelujen kautta (THL 2017a). Turvakotipalvelut ovat valtion rahoittamia ja laissa määriteltyjä erityispalveluita. Suomessa toimi vuonna 2016 19 turvakotia ja paikkoja näissä oli yhteensä 118 perheelle. (THL 2017b.)

Asiakkaan tilannetta arvioidaan tekemällä väkivallan riskinarviointi sekä turvasuunnitelma. Näiden avulla asiakas sekä henkilöstö saavat selville koetun väkivallan vaarallisuuden. Muiden perheenjäsenten, erityisesti lasten turvallisuudesta huolehditaan myös. Lastensuojeluilmoitus tehdään tarpeen mukaan. Henkilöstö pohtii yhdessä asiakkaan kanssa, millaista tukea tarvitaan väkivallasta selviytymiseen. Yhteistyötä voidaan tehdä eri palveluntarjoajien kanssa. Lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden avo- ja jälkihuolto on kuntien vastuulla. (THL 2015.)

Turvakodeissa ja niiden tarjoamissa avopalveluissa henkilöstöllä on väkivaltatyön erityisosaamista. Väkivaltatyössä väkivalta otetaan käsiteltäväksi omana ja erillisenä ongelmanaan, jolloin se ei peity esimerkiksi päihde- tai mielenterveysongelman taakse. Työntekijältä edellytetään väkivaltailmiön tuntemista ja väkivallan muotojen tunnistamista. Työntekijä varmistaa uhrin turvallisuuden ja kykenee käsittelemään asiakkaan traumatisoitumista yhdessä asiakkaan kanssa. (Laine 2010.)

5.1 Lait takaavat turvakotitoiminnan

Lain mukaan sosiaalipalveluja on järjestettävä lähisuhde- ja perheväkivallasta tai muusta väkivallasta sekä kaltoinkohtelusta johtuvaan tuen tarpeeseen (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014,

§11). Turvakotipalvelu on turvakodin tarjoamaa kriisiapua, ympärivuorokautista turvattua asumista sekä akuuttiin tilanteeseen tarjottavaa psykososiaalista tukea, neuvontaa ja ohjausta lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokeneelle henkilölle. Turvakotijakson pituuden arvioi kriisityöhön erikoistunut henkilöstö, jolla tulee olla riittävä koulutus, työkokemus ja perehtyneisyys lähisuhdeväkivallan kriisityöhön. Henkilöstöön täytyy kuulua tarpeellinen määrä eri ammattiryhmien edustajia. Lisäksi siihen voi kuulua erityisasiantuntijoita. Turvakotitoiminnan rahoituksen yleinen johto, ohjaus sekä valvonta kuuluvat sosiaali- ja terveysministeriölle ja valtakunnallisen toiminnan koordinointi ja ohjaus kuuluvat Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselle. Toimintaa valvovat Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto sekä aluehallintovirastot toimialueellaan. (Laki valtion varoista maksettavasta korvauksesta turvakotipalvelun tuottajalle 1354/2014.)

5.2 Kokkolan Ensi- ja turvakoti Aina

Turvakoti Aina on yksityistä sosiaalipalvelua tuottava yksikkö, joka toimii ympärivuorokautisesti Kokkolassa. Turvakotitoiminta on aloitettu vuonna 1999. Yhdistyksen nykyinen nimi on ollut käytössä vuodesta 2003 asti, jolloin myös ensikotitoiminta alkoi. Alkuvuosina työtä tehtiin suurelta osin vapaaehtoisten toimesta, mutta myöhemmin toiminta on muuttunut entistä ammatillisempaan suuntaan. Ainassa työskentelee seitsemän sosiaali- ja terveysalan koulutuksen saanutta työntekijää toiminnanjohtajan lisäksi. Palvelut ovat asiakkaille ilmaisia. Turvakotipalvelut on tarkoitettu lähisuhdeväkivallasta kärsiville aikuisille ja lapsille. Turvakoti tarjoaa asiakkaille yksilöllistä kriisiapua, keskusteluapua sekä vertaistukea. Väliaikainen asuminen on mahdollista Ainassa. Tavoitteena on vanhemmuuden ja perheen voimavarojen tukeminen sekä lasten hyvinvoinnin turvaaminen. Lisäksi myös väkivallantekijä voi halutessaan saada keskusteluapua. (Kokkolan ensi- ja turvakoti ry 2017.)

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyöprojekti lähti liikkeelle helmikuussa 2017 aiheen valinnalla. Minulla oli kokemusta turvakotityöskentelystä harjoittelun ja sijaisuuksien muodossa. Useissa asiakastapauksissa huomiota kiinnitti se, miksi lähisuhdeväkivaltaa oli jatkunut niin kauan, ennen kuin siihen lähdettiin hakemaan apua. Osa asiakkaista myös palasi väkivallan tekijän luokse lähdettyään turvakodilta. Kiinnostukseni tutkia lähisuhdeväkivallasta irtaantumista ja sen vaikeutta heräsi näiden havaintojen kautta. Kuitenkin suuri osa lähisuhdeväkivaltaa kokeneista pääsi irtaantumaan väkivaltaisesta suhteesta. Jotkut järjestivät asioita ja elämää uusiksi todella paljon jopa parin viikon aikana. Selviytymisnäkökulma oli myös mielenkiintoinen. Mietin, miksi jotkut irtaantuvat yllättävän helposti väkivallasta, kun taas toisille se vaikuttaa olevan todella haasteellista. Kaikilla ihmisillä lähtökohtaisesti pitäisi olla mahdollisuus elää ilman väkivaltaa tai sen uhkaa sekä mahdollisuus päästä kyseisistä ilmiöistä eroon niitä kohdattuaan. Halusin selvittää tarkemmin, mitkä syyt taustalla vaikuttavat. Pohdiskeltuani näitä teemoja ja keskusteltuani työelämäohjaajan kanssa tarkaksi aiheeksi valikoitui lähisuhdeväkivallan kokijan selviytymisprosessi turvakodin työntekijöiden näkökulmasta. Tutkimussuunnitelman esitin helmikuussa 2017 ja tutkimusluvan sain toukokuussa 2017.

6.1 Tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyöni tarkoituksena on kuvailla lähisuhdeväkivallan uhrien selviytymisprosessia Kokkolassa toimivan turvakoti Ainan työntekijöiden kokemuksen pohjalta. Työn tilaajana toimii Kokkolan Ensi- ja turvakoti ry. Käsittelin aihetta työntekijöiden haastatteluiden sekä saatavilla olevan teorian avulla ja tavoitteenani oli vastata pääkysymykseen, miten lähisuhdeväkivaltaa kohdanneen henkilön selviytymisprosessi käynnistyy ja etenee. Tarkoituksena oli luoda kuvaus siitä, mitkä tekijät tukevat uhrin selviytymistä kriisistä sekä millaista apua turvakodin työntekijät tarjoavat asiakkaille ja millaista tukea asiakkaat tarvitsevat selviytyäkseen lähisuhdeväkivallasta. Tavoitteena on lisätä tietoisuutta lähisuhdeväkivallasta ja madaltaa sitä kokeneiden kynnystä hankkiutua väkivallasta eroon. Edelleen vain pieni osa lähisuhdeväkivaltaa kokevista hakee apua itselleen esimerkiksi tietämättömyyden ja häpeän vuoksi. Tavoitteena on myös lisätä ammattilaisten tietoisuutta lähisuhdeväkivallasta ja valmiuksia tunnistaa väkivaltaa kokenut henkilö entistä paremmin.

6.2 Opinnäytetyön tutkimuskysymykset

Tutkimuskysymykset jaottelin kahteen pääongelmaan sekä näitä tarkentaviin alaongelmiin seuraavasti:

1. Miten lähisuhdeväkivaltaa kokeneen selviytymisprosessi käynnistyy ja etenee?

- Mikä on turvakodin työntekijän rooli tässä prosessissa?
- Miten ammattilainen voi tukea tätä prosessia?

Tutkimussuunnitelmassa edellinen kysymys oli seuraavanlainen: Miten ammattilainen voi tukea tätä prosessia entistä paremmin? En kuitenkaan saanut aineistosta kysymykseen selvyyttä, joten opinnäytetyöhöni olen muuttanut kysymyksen nykyiseen muotoonsa.

2. Miten lähisuhdeväkivaltaa kokenut henkilö selviää kriisistään?

- Mitkä tekijät tukevat selviytymistä?
- Mitkä tekijät estävät selviytymistä?
- Millaista apua uhri tarvitsee?

6.3 Tutkimuksen luonne ja tutkimusmenetelmä

Laadullisella eli kvalitatiivisella tutkimuksella tarkoitetaan mitä tahansa tutkimusta, jossa vastauksia pyritään saamaan ilman määrällisiä keinoja. Laadullinen tutkimus perustuu lauseisiin ja sanoihin. Tavoitteena on ilmiön kuvaaminen, syvällinen ymmärtäminen ja tulkinnan antaminen. Laadullinen tutkimus antaa vastauksia siihen, mistä jossain asiassa tai ilmiössä on kyse. Kyseisellä tutkimustavalla tutkitaan yksittäistä tapausta, yhdestä havaintoyksiköstä yritetään saada mahdollisimman paljon irti. Tutkimuksessa on aina tutkimustehtävä, jota pyritään ratkaisemaan erilaisilla tutkimusmenetelmillä. Tutkimusongelman ratkaisun apuna käytetään tutkimuskysymyksiä, joiden pohjalta laaditaan kysymykset, jotka esitetään tutkittaville. Näihin kysymyksiin saatujen vastausten avulla

haetaan vastauksia itse tutkimuskysymyksiin. Tutkimustuloksia ei voida yleistää, vaan ne pätevät aina vain kyseessä olevan tutkimuskohteen osalta. (Kananen 2014, 16–24.)

Teemahaastattelussa eli puolistrukturoidussa haastattelussa pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja ongelmanasettelun mukaisesti. Teemahaastattelussa edetään tiettyjen keskeisten etukäteen valittujen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa. Haastattelun etuna on joustavuus, sillä haastattelija voi toistaa kysymyksen, oikaista väärinkäsityksiä ja selventää ilmausten sanamuotoja. Haastattelussa kysymykset voidaan esittää halutussa järjestyksessä. Ideana tässä aineistonkeruumenetelmässä on saada mahdollisimman paljon tietoa halutusta asiasta. Haastattelukysymykset on hyvä antaa haastateltaville hyvissä ajoin etukäteen. Etuna haastattelussa on myös se, että haastattelija voi itse toimia havainnoitsijana ja tehdä havainnoistaan muistiinpanoja. Haastattelussa voi itse valita haastateltavansa sen mukaan kenellä on kokemusta aiheesta ja tutkittavasta ilmiöstä. (Sarajärvi & Tuomi 2002.)

Opinnäytetyöni on luonteeltaan kvalitatiivinen, sillä pyrin kuvaamaan tutkimaani ilmiötä mahdollisimman syväluotaavasti. Laadullisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmiä ovat havainnointi, kyselyt, dokumentit ja haastattelut (Kananen 2014, 27). Tutkimusmenetelmäksi opinnäytetyöhöni valikoitui teemahaastattelu, koska pidin sitä parhaana tapana saada vastauksia tutkimuskysymyksiini. Yksi syy tähän oli se, että sain itse toimia haastattelijana haastattelutilanteissa ja ohjata niiden kulkua sekä tehdä tarkennuksia. Toisaalta haastateltavat saivat kertoa aiheista vapaasti ja tuoda esille omia kokemuksiaan, mikä oli opinnäytetyössäni tarkoituksena. Tutkijana halusin nimenomaan, että haastateltavat kertovat kokemuksistaan mahdollisimman rikkaasti ja syvällisesti.

6.4 Aineistonkeruu

Aineistonkeruu tapahtui touko-kesäkuussa 2017 Kokkolassa, turvakoti Ainan tiloissa. Haastattelin erikseen neljää turvakodin työntekijää. Kaikilla haastateltavilla oli useamman vuoden työkokemus lähisuhdeväkivallan kokijoiden kanssa työskentelystä. Haastattelut etenivät laatimieni haastattelukysymysten avulla. Olin antanut kysymykset haastateltavilleni luettavaksi ja pohdittavaksi etukäteen. Haastattelutilanteissa tein tarkennuksia ja lisäkysymyksiä tarpeen mukaan. Pyrin tekemään haastattelutilanteesta rennon, jotta saisin

mahdollisimman monipuolisia ja aitoja vastauksia kysymyksiini. Haastateltavat kertoivat kokemuksistaan avoimesti, ja koin saavani hyvän aineiston kokoon opinnäytetyötäni varten. Aineistonkeruuta ja haastattelutilannetta helpotti varmasti myös se, että tunsin suurimman osan haastateltavistani etukäteen.

6.5 Aineiston analyysi

Laadullisen tutkimuksen analyysi etenee niin, että aluksi haastattelut puretaan eli litteroidaan tekstimuotoon. Sen jälkeen päätetään mikä kerätyssä aineistossa kiinnostaa. Tämän jälkeen aineisto koodataan eli jäsennellään. Koodaaminen on laadullisen aineiston systemaattista järjestämistä ja ryhmittämistä luokkiin, joilla on yhteisiä piirteitä. Sitten aineistoa analysoidaan teemoittain. Teemat valitaan tutkimuksen tarkoituksen mukaisesti. Tässä vaiheessa pohditaan, haetaanko aineistosta samankaltaisuuksia vai erilaisuuksia. (Sarajärvi & Tuomi 2002.)

Laadullisen aineiston analyysin voi jakaa karkeasti kolmevaiheiseksi prosessiksi, johon kuuluu aineiston pelkistäminen, ryhmittäminen ja teoreettisten käsitteiden luominen. Analyysia aloittaessa tulee määritellä analyysiyksikkö joka voi olla esimerkiksi sana tai lause. Ryhmittelyssä koodatut alkuperäisilmaukset käydään läpi ja samaa asiaa tarkoittavat käsitteet ryhmitellään sekä yhdistetään luokiksi. Luokitteluyksikkönä voi olla tutkittavan ilmiön ominaisuus. Ryhmittelyt kiedotaan teoriaan ja lopuksi tehdään johtopäätöksiä ja yhteenvetoa. Sisällönanalyysilla aineisto siis järjestetään selkeään ja tiiviiseen muotoon, kadottamatta kuitenkaan punaista lankaa. Analyysi perustuu loogiseen päättelyyn sekä tulkintaan ja aineistosta pyritään lopulta luomaan informatiivinen yhtenäinen kokonaisuus. (Sarajärvi & Tuomi 2002.)

Litteroituani aineiston tein sisällönanalyysin induktiivisesti eli tein yksittäisistä havainnoista yleistävää tulkintaa. Etsin aineistosta samankaltaisuuksia ja usein toistuvia sanoja ja lauseita, jotka luokittelin aiheen mukaan. Pyrin huomioimaan, mitä asioita haastateltavani olivat painottaneet ja pitäneet kaikista merkityksellisimpinä. Poimin aineistosta vain tutkimuskysymyksieni kannalta merkittäviä aihealueita. Tärkeimmiksi kokemani asiat yhdistelin ja tein johtopäätöksiä ja yhteenvetoa opinnäytetyöni tarkoituksen mukaisesti. Aineisto kietoutuu tiiviisti yhteen aiheesta saatavilla olevan teoratiedon ja tutkimusten kanssa.

Aluksi luin aineiston useaan kertaan, jotta siitä tuli minulle tuttu ja hallittava kokonaisuus. Jo haastatteluvaiheessa tein haastateltaville tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä, jotta väärinymmärryksiä ja epäselvyyksiä ei litterointivaiheessa esiintyisi. Alleviivasin aineistosta kaiken opinnäytetyöni kannalta oleellisen, muun osan jätin huomioimatta. Asiasanojen ja tutkimuskysymysten avulla muodostin pääkäsitteitä, esimerkiksi sanan ”selviytyminen”, ja sen alle kokosin alleviivaamani asiat, jotka siihen jollain tapaa liittyivät. Laskin myös karkeasti, kuinka usein tietyt sanat ja ilmaisut esiintyivät, jotta hahmotin kyseisen asian merkittävyyden ja yleisyyden. Lopuksi aineistosta oli jäljellä olennaiset asiat käsittävä, tiivis ja helposti tulkittava kokonaisuus, josta tein tulkintaa ja johtopäätöksiä teorian tiedon avulla.

6.6 Tutkimuksen luotettavuus

Tieteellisten tutkimuksien luotettavuusmittareita ovat reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetti tarkoittaa tulosten pysyvyyttä ja validiteetti oikein asioiden tutkimista. Pysyvyys tarkoittaa sitä, että mikäli tutkimus uusitaan, saadaan samat tutkimustulokset. Validiteetti liittyy tutkimuksen suunnitteluun ja osittain myös siihen, että aineiston analyysi tehdään oikein. Laadullisen tutkimuksen yleisinä luotettavuuskriteereinä käytetään vahvistettavuutta, tulkinnan ristiriidattomuutta, arvioitavuutta, luotettavuutta ja saturaatiota eli kylläntymistä. (Kananen 2014, 146–151.)

Luotettavuutta voidaan parantaa keräämällä tietoa eri lähteistä ja verrata näitä tietoja omaan tulkintaan. Eri lähteistä kerättävällä todistusaineistolla saadaan vahvistusta tutkittavalle ilmiölle. Huomioitava on myös, tuottavatko eri tietolähteet toisiaan tukevia tuloksia. Luotettavuutta voidaan lisätä myös riittävän dokumentaation avulla. Tutkimusmenetelmä tulee valita huolellisesti tutkittavan ilmiöön soveltuvaksi. Kylläntyminen tarkoittaa sitä, että eri lähteistä saadut tutkimustulokset alkavat toistua. Laadullisessa tutkimuksessa saturaatio on käyttökelpoinen luotettavuuden vahvistuskeino. (Kananen 2014, 151–154.)

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimus etenee silmällä pitäen jonkinlaista yleistettävyyttä. Tutkijan on hyvä arvioida tutkimuksen luotettavuutta jokaisen tekemänsä valinnan edessä. Arviointia tehdään esimerkiksi suhteessa teoriaan, tulkintaan ja johtopäätöksiin. Tutkija voi usein olla osa tutkimaansa yhteisöä ja sen toimintakulttuuria, joten tulkintaa ja johtopäätöksiä tehdessä on hyvä muistaa puolueettomuusnäkökulma. (Vilka 2005, 158–160.)

Olen tutustunut laadullisen tutkimuksen teoriaan eri tietolähteiden ja kirjallisuuden avulla. Tätä teoriaa hyödyntäen opinnäytetyötäni tehdessä olen käyttänyt tutkimani ilmiön kannalta parhaita mahdollisia tutkimus- ja analysointimenetelmiä. Opinnäytetyöni tulokset vastaavat hyvin useista eri teoria- ja tutkimuslähteistä saatavia tietoja, joten olen mielestäni ymmärtänyt ja tulkinnut keräämääni aineistoa oikein. Lisäksi on hyvä, että tunsin haastateltavani, mutta en liian läheisesti, jotta pystyin tarkastelemaan aihetta riittävän subjektiivisesti. Tiesin myös valmiiksi haastateltavien tavan puhua, tunnistin heidän ilmeitään ja eleitään, joten luulen ymmärtäneeni oikein heidän kertomansa asiat. Saturaatio eli samojen asioiden toistuminen tapahtui sekä eri haastatteluiden että eri tietolähteiden osalta. Pidän siis saamiani tutkimustuloksia luotettavina tämän opinnäytetyöni osalta.

7 TEEMAHAASTATTELUN TULOKSET

Haastatteluista analysoidessa huomasin niissä paljon yhtäläisyyksiä keskenään. Samojen sanojen ja aiheiden esiintymistiheyden vuoksi aineistosta sai koottua tulokset, jotka vastaavat mielestäni hyvin asettamiini tutkimusongelmiin. Aineistoa analysoidessa opinnäytetyöni kannalta tärkeimmät asiat ja ilmiöt nousivat selkeästi esille. Haastattelutilanteessa olen myös huomionnut haastateltavieni tapaa puhua ja sitä, mitkä asiat he toivat painokkaimmin ilmi sekä mitä näistä asioista he pitivät kaikista tärkeimpinä. Tulokset tuon tässä kohdassa esille tutkimuskysymyksien avulla ja ne koskevat nimenomaan turvakodille hakeutuneita lähisuhdeväkivallan kokijoita. Tulosten esittelyssä käytin aineistolainauksia. Lainasin aineistosta niitä kohtia, jotka kuvasivat ja havainnollistivat opinnäytetyöni tuloksia parhaiten.

Haastatteluissa kävi ilmi, että lähisuhdeväkivalta on ilmiönä hyvin monimuotoinen. Hyvin usein uhrin ovat kokeneet useita lähisuhdeväkivallan eri muotoja: psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista väkivaltaa. On yksilöllistä, mikä väkivaltamuoto on korostunein eli se mihin apua lähdetään alun perin hakemaan. Yleensä uhrin eivät ole edes tietoisia, mitä kaikkea väkivalta on. Turvakodilla käydään läpi eri väkivaltamuotoja uhrin kanssa, ja silloin uhri saattaa tajuta, kuinka monenlaista hän on kokenut. Usein uhrin kokevat myös, että he eivät ole kokeneet väkivaltaa, ellei se ole ollut fyysistä. Turvakodille saapuminen voi myös aiheuttaa ristiriitaisia tunteita uhrissa; tarvitseeko minun todella olla täällä, onko asiani niin vakava? Näin on erityisesti silloin, kun fyysistä väkivaltaa ei ole ilmennyt.

7.1 Lähisuhdeväkivaltaa kokeneen ensimmäiset askeleet kohti selviytymistä

Selviytymisprosessi on aina yksilöllinen ja turvakotiin saavutaan eri vaiheessa prosessia. Jotkut lähisuhdeväkivallan kokijat ovat voineet työstää asiaa mielessään jo vuosia, mutta eivät ole kyenneet hakea apua aikaisemmin. Toiset kokijat saapuvat turvakotiin kriisin vallitessa. Hyvin usein avun hakeminen vaatii kuitenkin "viimeisen pisaran" eli jonkinlaisen havahtumisen omaan tilanteeseen. Havahduttaminen ja havahtuminen asiaan voi puolestaan tapahtua lähipiirin tai viranomaisten toimesta.

Ja ne on käynyt keskustelua vaikka lääkärin kanssa tai psyk. hoitajan kanssa tai perhetyöntekijän kanssa keskustelleet ja sit ne on niinkö sitä kautta saaneet semmoisen rohkaisun, että nyt on pakko lähteä.

Joskus on se semmoinen shokkitila päällä, on niinku pakko lähteä hakemaan apua jostain. Tai sitten on työstänyt sitä väkivaltatilanteesta toiseen siirtyessä ja nähnyt, et jotain pitää tehdä tän asian kans. Tietosuus on siinä niinku lisääntynyt et tää ei oo oikein.

Aina ihminen ei kuitenkaan itse tai muiden avustuksellakaan havahdu oman tilanteensa vakavuuteen. Hän voi myös yrittää selviytyä mahdollisimman pitkään yksin, ilman ulkopuolista apua.

...ja on ihan joitain aikuisasiakkaita, joita velvoitetaan tulemaan turvakodille, et ne pysyy hengissä.

Sysäyksenä turvakotiin hakeutumiselle voidaan pitää myös hengenvaarallisia väkivaltatilanteita, pelkoa oman tai lasten hyvinvoinnin puolesta tai ensimmäistä fyysistä väkivallan tekoa esimerkiksi vuosia jatkuneen henkisen väkivallan jälkeen. Toisaalta uhri voi olla tietoinen kokemastaan väkivallasta jopa vuosia, mutta vasta oman jaksamisen mennessä äärirajoille hän ei kestä yksinkertaisesti tilannetta enää ja hakee apua.

...et voi sen kiukun tai semmosen takia sit niinku saada sen voiman, et lähtee.

Usein shokki ja havahtuminen omaan tilanteeseen ovat syitä turvakotiin saapumiselle, toisaalta shokki voi iskeä vasta turvakodissa. Selviytymisprosessin voidaan sanoa alkavan siitä, kun ihminen tulee tietoiseksi ja havahtuu siihen, että on lähisuhdeväkivallan kokija ja alkaa hakea tilanteeseen muutosta, joko ajatusten tai tekojen tasolla.

Sit on semmonen, et on jo pieni voimaantumisen tapahtunut et pystyy ottaan sen askeleen et lähtee hakemaan apua.

Huomioitavaa on myös, että väkivalta ja sen uhka voivat myös poistua ihmissuhteen sisällä, mikäli sekä tekijä ja kokija hakevat apua itselleen. Useimmiten kuitenkin lähisuhdeväkivaltaa sisältävä suhde on poistettava elämästä, jotta kokijan selviytymisprosessi ja lopullinen irtaantuminen väkivallasta voi alkaa sekä turvallisuus palautua. Turvakodille saapuminen voi olla tähän ensimmäinen askel.

...on ihan hyviä kokemuksia niistä, kun on tekijälle osotettu apua ja tekijä on sitoutunut siihe avun piiriin...mut onko se itsetarkotus et ne jatkaa yhdessä eteenpäin vaan joku yksilö itsessään saa itselleen avun.

7.2 Turvakodin työntekijän rooli selviytymisprosessissa

Lähisuhdeväkivaltaa kokeneen ihmisen saapuessa turvakodille ensimmäinen tehtävä auttajilla on rauhoittaa ja vakauttaa tilanne sekä tarjota ja luoda turvallinen ympäristö asiakkaalle. Työntekijät antavat jokaiselle asiakasperheelle oman huoneen käyttöönsä ja aikaa tutustua tiloihin ja ihmisiin. Tärkeää on tukea päivärytmiä ja arjen hallintaa, sillä kriisissä oleva ihminen voi esimerkiksi unohtaa syödä. Jokaisen ihmisen selviytymisprosessi on yksilöllinen, joten työntekijän on havainnoitava, missä vaiheessa prosessia kukin asiakas on menossa ja tukea on annettava asiakkaan tarpeiden mukaisesti. Auttajan roolissa on tärkeää olla aidosti tilanteessa läsnä. Lähisuhdeväkivallan kokija saa avoimesti kertoa tuntemuksia ja kokemuksiaan ja työntekijä ymmärtää häntä ja on empaattinen.

Työntekijän tehtävä on kohottaa kokijan omanarvontuntoa ja saada hänet ymmärtämään, että hän on tehnyt oikein tullessaan hakemaan apua. Usein kriisissä oleva ihminen ei näe ulospääsyä tilanteestaan, joten työntekijä on motivoimassa häntä ja selvittämässä asioita hänen kanssaan. Auttajan tehtävänä on myös oikoa kokijan vääriä ja haitallisia ajatusmalleja, esimerkiksi itsesyytöksiä. Väkivallasta tulee puhua suoraan ja tehdä selväksi, ettei se koskaan ole kokijan vika eikä ikinä oikein. Yksi tärkeä tehtävä on antaa tietoa lähisuhdeväkivallasta, selviytymisestä ja selviytymisprosessin etenemisestä. Työntekijä voi yhdessä kokijan kanssa miettiä tämän voimavaroja ja vahvuuksia, millä keinoilla niitä pystyttäisiin ottamaan paremmin käyttöön. Jotkut voivat kokea voimaantumista musiikista, toiset vaikkapa liikunnasta. Yksilöllisesti mietitään, mistä asiakas voisi hyötyä parhaiten. Hyvä on keskittyä myös selviytymisnäkökulmaan, rohkaista ja kertoa, kuinka oikein asiakas on tehnyt lähtiessään hakemaan apua ja pystyessään puhumaan tapahtuneesta avoimesti.

Pystyn auttaan, et mä tuon sitä tietoa väkivallasta, siitä ilmiöstä, et ne ymmärtää sen, mitä ne on kokenu, et se ei oookkaa mun vikaa, mä en oo ainut maailmassa, joka on kokenut näin...joku muu on selvinnyt tästä, eli mullakin on toivoa selviytyä.

No siitä arjen hallinnasta me lähetään varmaan liikkeelle ja se keskustelu on se, mitä me eniten tehdään. Käydään sitä väkivaltaa ja sen muotoja läpi ja sitä prosessia, miten etenee ja miten siitä voi irrottautua.

7.3 Kriisistä selviytyminen

Kriisien käsittely ja siitä selviytyminen on yksilöllinen prosessi. Prosessit ovat kokijoilla eri pituisia, jopa vuosia kestäviä. Toiset taas palaavat väkivaltaiseen suhteeseen ja sitä kautta voivat palata uudestaan myöhemmin myös turvakodin asiakkaiksi. Selviytyminen ei ole suoraviivainen prosessi, siinä voi ilmetä taantumia. Se ei kuitenkaan tarkoita, etteikö kriisistä voisi selviytyä tai että kokija olisi jollain tapaa epäonnistunut prosessissaan. Lopullinen selviytyminen vaatii kuitenkin väkivallasta irtaantumisen. Selviytyminen voi tapahtua joko pääsemällä eroon väkivaltaisesta suhteesta tai väkivallan poistuessa suhteen sisällä. Jälkimmäinen vaatii kuitenkin sitoutunutta työskentelyä onnistuakseen. Kaikki tekijät eivät ole valmiita työskentelemään laisinkaan. Eräässä haastattelussa nousi myös esille mielenkiintoinen näkökulma siitä, miksi tekijää ei velvoiteta työskentelemään, vaikka hän voi siirtää väkivaltaisuutensa suhteesta toiseen läpi elämänsä. Usein väkivallan kokijat tarvitsevat paljon tukea selviytyäkseen, vaikka vika ei ole heissä.

On jopa semmosia, jotka on käyny kuus tai seittemän kertaa ennen ku he on ollu valmis siihen prosessiin, että pystyvät irrottautumaan siitä toisesta ihmisestä, joka on ollu se väkivaltanen.

7.3.1 Selviytymistä tukevat tekijät

Lähisuhdeväkivallan kokijalla on parhaat mahdollisuudet selviytyä, mikäli hän on itse valmis ottamaan apua vastaan ja työskentelemään pahimman kriisitilanteen vakauttamisen jälkeen. Turvakodin työntekijöillä on käytössään erilaisia väkivaltatyön lomakkeita ja menetelmiä, joita asiakkaan kanssa käydään läpi. Asiakkaan on myös hyvä itse hakeutua keskustelemaan ohjaajan kanssa ja työstämään ajatuksiaan. Ainakaan aluksi ei ole hyvä olla lainkaan tekemisissä väkivallan tekijän kanssa, koska tämä pystyy vaikuttamaan kokijan ajatuksiin ja mitätöimään hänen kokemuksiaan.

Mä ainakin koen sen, että sillon, kun asiakas on valmis työskentelemään...se prosessi lähtee liikkeelle ja hän ite hyötyy siitä kaikista parhaiten. Jos asiakas on ollu tekijän kanssa yhteydessä, elikä se on pystyny se tekijä jo puhumaan tämän asiakkaan ympäri, et eihän hän mitään tehnyt, vaan sä itse aiheutit sen, että hän kiihty.

Asiakas päättää kuitenkin aina itse, miten toimii. Työntekijät voivat neuvoa ja ohjata, mutta lopullisen päätöksen jokaisessa asiassa tekee kuitenkin kokija itse. Mikäli mukana on lapsia, silloin kokijaan pystytään vaikuttamaan enemmän lasten kautta. Lapsi, jonka kotona ilmenee väkivaltaa, vaikkakaan se ei kohdistuisi suoraan lapseen, on aina lähisuhdeväkivallan uhri. Turvakodin työntekijän on hyvä saattaa asiakkaiden tietoisuuteen, mitä vaikutuksia väkivaltaisessa ympäristössä kasvamisella on lapsen myöhemmälle kehitykselle ja tulevaisuudelle. Kokijan tietoisuuden lisääntyminen väkivallan vaikutuksista edistää selviytymisprosessia.

Lapsihan voi traumatisoitua tai pelätä enemmän sitä, jos se näkee tai tietää, et vaikka äitiä pahoinpidellään, koska se pelkää sit oman huoltajansa puolesta.

Työntekijä havahduttaa asiakasta näkemään itsessään uusia ja hyviä puolia, jotka kriisissä ja väkivallan seurauksena ovat mahdollisesti kokijalta hämärtyneet. Lähisuhdeväkivaltaa kokenut henkilö tarvitsee rohkaisua, itsetunnon kohotusta sekä tietoa muun muassa siitä, mitä väkivalta on. Hänelle kerrotaan, että väkivaltaa ei tarvitse sietää ja muunlaistakin elämää on olemassa. Auttajat antavat asiakkaille avaimia selviytymiseen ja auttavat toivon palauttamisessa. Jokaisen turvakodin asiakkaan kanssa laaditaan esimerkiksi turvasuunnitelma, jonka avulla asiakas saa välineitä pysyä turvassa ja toimintamalleja, mikäli kohtaa väkivaltaa tulevaisuudessa. Käytännön asioiden järjestelyissä auttaminen ja väkivaltaisesta suhteesta irtaantumisessa auttaminen kuuluvat myös työntekijöiden työskentelytapoihin, jotka edistävät asiakkaan selviytymistä. Lähisuhdeväkivallan kokijan omaa toimijuutta pyritään vahvistamaan. Tavoitteena on kokijan kokonaisvaltainen, psyko-fyysis-sosiaalinen voimaantuminen.

...elämä ei lopu ku turvakotiin meet, vaan tää on nimenomaan se väylä, jota kautta löytyy elämään uusia mahdollisuuksia ja uutta tapaa elää elämää.

Selviytymistä tukee myös hyvä tukiverkosto. Lapset voivat auttaa jaksamaan ja pitämään normaalia arkea yllä. Ystävät ja sukulaiset, jotka auttavat ja tukevat, ovat iso apu kriisistä selviytymisessä. Toiset voivat tarvita lisäksi ammattiapua, esimerkiksi terapiaa. Elämään on hyvä saada uutta ja mielekästä sisältöä esimerkiksi harrastusten avulla. Käytännön järjestelyt, kuten uuden asunnon hankinta tai paikkakunnan vaihtaminen, voivat olla myös joillekin hyödyllisiä. Toisinaan voi tulla kyseeseen lähestymiskiellon hakeminen väkivallan tekijälle. Yleensäkin erilaisten apujen ja tukien äärelle ohjaaminen edistää selviytymistä. Tarkoituksena on, että asiakas ei putoa tyhjän päälle lähdettyään turvakotijaksolta. Turvakoti tarjoaa itsekin

avotyömahdollisuutta jakson päättäneille asiakkaille. Joitain kokijoita voi hyödyttää vertaistuen saaminen. Huomioitava on toki se, että pieni osa kokijoista ei irtaudu väkivaltaisesta suhteesta koskaan.

...et tää (turvakoti) ois semmonen pysäkki, et mihin suuntaan haluaakaan sit lähteä, et ois turvallisempaa kaikilla sitte.

7.3.2 Selviytymistä estävät tekijät

Lähisuhdeväkivallassa ja väkivallassa yleensäkin on sananmukaisesti kyse vallasta. Väkivaltaisesti käyttäytyvän tarkoitus on saada uhri toimimaan oman tahtonsa mukaisesti. Ihminen, joka on kokenut kauan väkivaltaa, ei välttämättä enää ymmärrä, että muunlaista elämääkin on olemassa. Jatkuva pelossa elämisestä on voinut tulla normaalia. Usein väkivalta myös alkaa vähitellen ja tulee huomaamatta osaksi elämää. Väkivalta voi olla myös ylisukupolvinen ongelma, niin sen tekijällä kuin kokijallakin. Toisaalta kokija voi tiedostaa väkivallan olevan väärin, mutta on niin tottunut elämään sen kanssa, että ei osaa kaivata väkivallatonta elämää. Kokijan käytös ja koko elämä on kietoutunut väkivallan verkon ympärille ja siitä voi olla hyvin vaikeaa irtaantua.

Hänen lapsuudenperheessä on näin ja nyt on näin, että eikö tää oookkaan normaalia, et ei välttämättä niinku ymmärrä sitä.

Ja siitä on tullu tuttua, vaikka se ei oo turvallista, se on tuttua. Mä tiedän tämän vaikka se ei ois mukavaa, mut mä tiedän miten mun kuuluu toimia.

Lähisuhdeväkivallan kokija ei myöskään välttämättä tunnista, mitä kaikkea väkivaltaan sisältyy. Henkistä ja sosiaalista väkivaltaa on usein vaikeampi tunnistaa kuin fyysistä. Tekijä ja kokija voivat molemmat ajatella, että eihän mitään väkivaltaa ole, jos se ei ole ollut fyysistä. Lähisuhdeväkivalta on luonteeltaan kuitenkin todella monimuotoista. Yksinkertaisesti tietämättömyys siitä, mitä lähisuhdeväkivalta on, estää kokijaa hakemasta apua. Kokija voi olla myös tietämätön, mistä lähteä hakemaan apua. Toisaalta turvakodin olemassa olosta voidaan olla tietoisia, mutta käytännössä ei tiedetä, millainen paikka se on ja millaista apua sieltä saa. Jotkut voivat esimerkiksi pelätä avun hakemisen tarkoittavan lasten huostaanottoa.

Monesti asiakas ei ollenkaan edes ymmärrä, mitä kaikkea hän on kokenu henkisen väkivallan puolelta.

Usein lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden itsetunto on todella huono, esimerkiksi jatkuvan alistamisen ja mitätöinnin takia. He kuvittelevat ansaitsevansa huonon kohtelun. Lisäksi tekijä syyllistää kokijaa ja saa hänet uskomaan väkivallan olevan hänen oman vikansa. Tekijä voi saada kokijan uskomaan, ettei hän selviä elämässä yksin. Uhkailut itsemurhalla, kokijan vahingoittamisella tai lapsien viemisellä eivät myöskään ole tavattomia. Tällöin kokija ei uskalla lähteä tilanteesta, jotta asiat eivät menisi entistä huonompaan suuntaan. Toisaalta tekijä voi kontrolloida uhria niin voimakkaasti, että hänellä ei yksinkertaisesti ole tilaisuutta lähteä hakemaan apua.

Pelottelua, et menetetään lapset tai tappaa jonku muun tai uhataan tappaa itensä, jos et tee tätä näin, niin sitten mä tapan itseni ja se on sun syy.

Suurin yksittäinen syy, mikä estää väkivallasta irtaantumisen, on mitä ilmeisemmin häpeä. Kokija voi tuntea epäonnistuneensa, mutta ei halua myöntää sitä muille. Perheen hajoaminen ja lapsilta ehjän kodin vieminen voivat tuntua ylitsepääsemättömiltä asioilta. Ajatuksena voi olla lapsien suojeleminen, vaikka todellisuudessa lapset eivät voi hyvin väkivaltaisessa ympäristössä. Kokija voi olla myös taloudellisesti riippuvainen tekijästä, eikä hän koe selviävänsä yksin. Kokija voi olla hyvin riippuvainen tekijästä monella eri tasolla. Lähisuhderiippuvuus on yleistä. Lähteminen väkivaltaisesta suhteesta voi tarkoittaa, että menetät toisen ihmisen. Kuitenkin tekijässä on usein myös hyviä ominaisuuksia tai he osaavat manipuloida toista ihmistä. Kokijalta voidaan pyytää anteeksi, hänelle voidaan luvata muutosta ja ostaa lahjoja, jotta hän ei lähtisi tai osaisi kaivata elämäänsä muuta. Kokija voi ajatella olevansa ainoa ihminen, joka ymmärtää tekijää. Joillakin uhreilla voi myös olla ajatuksena kestää väkivalta, kunhan saa pidettyä kodin, taloudellisen tilanteen samana ja perheen yhdessä. Lähipiiristäkin voi tulla painostusta pitää perhe kasassa.

Mä oon ainut, joka ymmärtää sitä ja se voi huonosti ja mä autan sitä, mä rakastan sen ehjäksi.

Joku on joskus sanonut, oonko mäki sit huono ku mä rakastan tämmöstä huonoa.

7.4 Lähisuhdeväkivaltaa kokenut tarvitsee monenlaista tukea

Joillakin pelkkä turvakotijakso riittää pääsemään eteenpäin elämässä. Jakson aikana voi hoitaa monia käytännön järjestelyjä ja keskustella kriisinsä läpi. Toiset voivat jatkaa käyntejä turvakodin avotyön puolella. Jotkut kokijat tarvitsevat psyykkistä apua ja terapiaa. Sosiaalityön puolelta perhetyö, lastensuojelu ja aikuissosiaalityö voivat olla apuna tilanteen selvittelyssä. Lapsien ollessa mukana myös koulut, päiväkodit, neuvola tai perheneuvola voivat olla yhteistyötahoja. Taloudellisen tuen kysymyksissä Kela voi auttaa. Fyysisiä vammoja saaneet tarvitsevat terveydenhuollon palveluja. Rikosuhrityöntekijän kanssa voi keskustella esimerkiksi lähestymiskieltoon liittyvissä asioissa. Kontaktit oikeusaputoimistoon ja poliisiin voivat myös tulla kyseeseen rikosasioissa. Turvakodin työntekijät ohjaavat asiakkaita heidän tarvitsemiensa tukiväylien pariin. Tarve on yksilöllinen, ja se voi lähteä asiakkaan omasta toiveesta tai työntekijän ehdotuksesta, mikä kussakin tapauksessa asiakasta voisi hyödyttää parhaiten.

Mahdollisimman monipuolisesti, ajatellen sitä ajatusta psyko-fyysis-sosiaalinen. Et kaikki osa-alueet tulis asiakkaan itsensä kohdalta, mutta myös perheenjäsenten, lasten kohdalta.

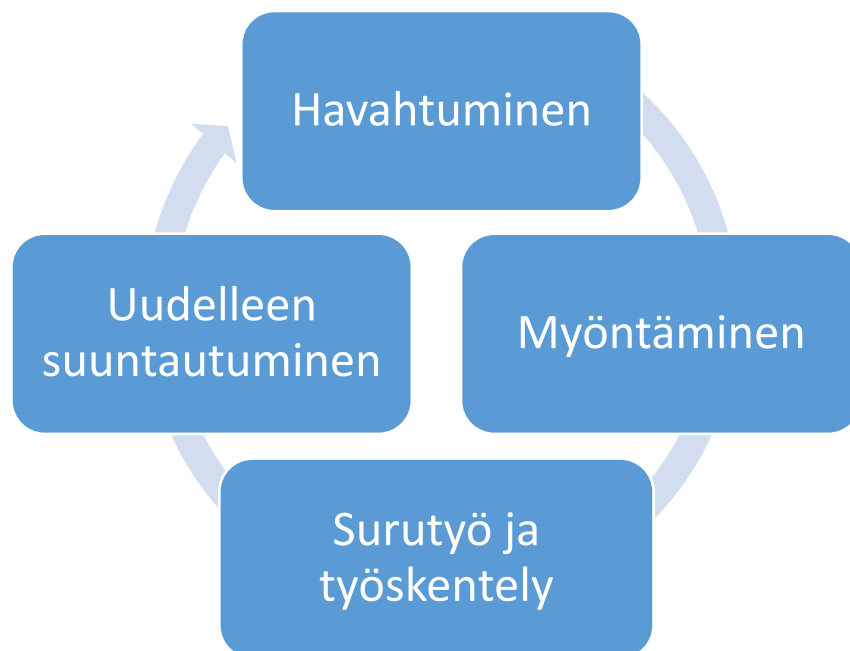
7.5 Yhteenveto

Väkivaltaa kokeneen täytyy aluksi havahtua (KUVIO 2) omaan tilanteeseensa ja pyrkiä eroon väkivallasta tavalla tai toisella, esimerkiksi hakeutumalla turvakotiin. Tässä vaiheessa tapahtuneet eivät välttämättä tunnu vielä todelta ja väkivaltaa kokenut voi lähteä turvakodilta takaisin väkivaltaiseen ympäristöön. Havahtuminen on ensimmäinen askel selviytymisprosessissa, vaikka tästä askeleesta eteneminen kestäisikin vuosia.

Seuraavaksi väkivaltaa kokeneen täytyy ymmärtää oma tilanne sellaisenaan kuin se on. Hänen on hyvä myöntää itselleen kohdanneensa väkivaltaa (KUVIO 2) sekä hankkiutua siitä eroon. Tässä vaiheessa ikään kuin kohdataan totuus, eikä kielletä tai vähätellä enää tapahtunutta. Kohdattuaan totuuden väkivallan kokija voi siirtyä seuraavaan vaiheeseen prosessia. Myöntämistä seuraa surutyö (KUVIO 2). Väkivallan kokija on tässä vaiheessa yleensä tietoinen, että elämä ei voi jatkua samalla tavalla ja suree tulevia menetyksiä. Surua voi

aiheuttaa esimerkiksi perheen hajoaminen tai tutun ja turvallisen kodin ja elinympäristön muuttuminen. Muutokset voivat surun lisäksi suuttuttaa ja pelottaa. Surua käsitellään ammattilaisten kanssa. Turvakodissa työskennellään asian tiimoilta. Lisäksi väkivaltaa kokenut voi saada apua muilta tarvitsemiltaan tahoilta. Joillekin pitkä terapia on välttämätön, varsinkin, jos väkivaltaa on kestänyt todella kauan. Väkivaltakokemusten aiheuttaman trauman lisäksi ihminen voi tarvita työstämistä muillakin elämän osa-alueilla. Mielenterveys, läheisriippuvuus, käytännön asioiden järjestely, raha-, rikos- ja lasten huoltajuusasiat voivat kulkea käsikädessä lähisuhdeväkivallasta irtaantumisen kanssa.

Uudelleen suuntautumisen vaiheessa (KUVIO 2) ”näkyä valoa tunnelin päässä”. Elämä ei tunnu enää särkyvän ja yleensä itsetunto ja -tuntemus ovat kasvaneet. Väkivallan kokija voimaantuu, hän kykenee kuvainnollisesti seisomaan taas omilla jaloillaan. Hän tuntee selviänsä elämästä myös ilman väkivaltaista ihmistä ja ihmissuhdetta. Eräänlainen vapautuminen kahleista voi tapahtua. Toivo tulevaisuutta kohtaan palautuu. Oman itsensä uudelleen löytäminen ja omien tarpeiden huomioiminen tuntuvat voimakkailta, positiivilta kokemuksilta. Ihminen ikään kuin puhkeaa kukkaan.



KUVIO 2. Lähisuhdeväkivaltaa kokeneen selviytymisprosessin keskeiset elementit

8 POHDINTA

Opinnäytetyön alku oli hankalaa, koska koko opinnäytetyö tuntui haastavalta, eikä otetta työstä tuntunut saavan millään. Aiheen päättäminen oli koko opinnäytetyöprosessin aikaa vievin osuun. Pohdin mielessäni erilaisia aihepiirejä ja tutkimuksen luonnetta lähes vuoden. Kun aihe vihdoinkin kirkastui päässäni, prosessi lähti etenemään vauhdikkaammin. Muutamassa kuukaudessa olin tutkimussuunnitelman lisäksi tehnyt haastattelut sekä litteroinut ne. Sen jälkeen prosessi jumiutui taas hetkeksi, kun en osannut päättää, miten alkaisin työstää itse raporttivaihetta. Lopulta vauhtiin päästyäni kirjoitusosuus olikin koko prosessin nopein vaihe.

Opinnäytetyön tekeminen muuttui sitä mielenkiintoisemmaksi ja vaivattommammaksi, mitä pidemmälle prosessi eteni. Samalla huomasin jatkuvasti muuttuvani entistä kriittisemmäksi aikaisempia päätöksiäni kohtaan. Jossain vaiheessa tuntui, että aloitan koko työn alusta uudelleen, sillä tutkimussuunnitelmakaan ei mielestäni ollut tarpeeksi tasokas. Muutin alkuperäisestä tutkimussuunnitelmasta kysymysten asettelua ja tarkensin työni tarkoitusta ja tavoitetta lopulliseen tuotokseen. Laadullisesta opinnäytetyöstä teoriaa lukiessani huomasin, että se on kuitenkin tämän laatuudessa työssä tavanomaista.

Aloittaessani en tiennyt, että opinnäytetyön tekeminen on kirjaimellisesti oppimisprosessi eikä se etene suoraviivaisesti. Mikäli nyt alkaisin tekemään työtäni, olisin paljon kypsempi ja varmempi siitä, mitä teen. Laadullinen tutkimus on antoisa, mutta raporttivaiheessa työläs. En kuitenkaan vaihtaisi aihetta tai tutkimusmenetelmää. Koko prosessi vain sujui entistä jouhevammin.

Opinnäytetyön tehtävänä oli vastata tutkimuskysymyksiin. Pääkysymykset olivat, miten lähisuhdeväkivaltaa kokeneen selviytymisprosessi käynnistyy ja etenee sekä miten lähisuhdeväkivaltaa kokenut henkilö selviää kriisistään. Tarkentavilla kysymyksillä selvitettiin turvakodin työntekijöiden roolia tässä prosessissa sekä millaista apua lähisuhdeväkivaltaa kokenut tarvitsee ja mitkä tekijät estävät ja mitkä tukevat selviytymistä. Vastauksia haettiin teemahaastattelun avulla. Vastaajina toimivat Kokkolan ensi- ja turvakodin työntekijät. Aineistoa kertyi yllättävän paljon, vaikka aluksi mietin, riittääkö neljä haastateltavaa antamaan tarpeeksi kattavia vastauksia. Tietyt pääpiirteet kuitenkin toistuivat jokaisessa haastattelussa,

joten yhteenvetoa oli helppo tehdä. Mielestäni sain tarpeeksi tietoa tätä opinnäytetyötä varten. Mikäli opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus olisi toteutettu laajemmassa kontekstissa ja haettaisiin enemmän yleistystä, olisin valinnut haastateltavia enemmän.

Sosiaalialan kompetensseista asiakastyön osaaminen ja palvelujärjestelmäosaaminen kehittyivät teemahaastatteluita tehdessä. Haastateltavat kertoivat esimerkkien kautta työssään kohtaamista asiakkaista ja heidän selviytymisprosesseistaan sekä siitä, mistä kaikkialta lähisuhdeväkivaltaa kokenut voi saada apua. Opinnäytetyötä tehdessä tuli valtava ymmärrys siitä, kuinka moneen yksilön elämänalueeseen lähisuhdeväkivalta lopulta vaikuttaa. Johtamisosaaminen, kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen sekä tutkimuksellinen kehittämisosaaminen vahvistuivat eniten opinnäytetyöprosessin aikana. Opinnäytetyön tekeminen vaatii itsensä ja prosessin johtamista sekä jatkuvia päätöksiä. Prosessin aikana tulee osata suunnitella, toteuttaa, arvioida ja lopulta raportoida tulokset opinnäytetyön muodossa. Työ on myös yksi väylä viestittää ja vaikuttaa yhteiskunnallisesti. Eettinen osaaminen on aina mukana kaikessa, mitä sosiaalialalla tehdään.

Selviytymisprosessi on yksilöllinen, mutta tiettyjä yhteisiä piirteitä on havaittavissa. Haastattelujen, teorian tiedon ja omien kokemusten pohjalta laadin kuvion (KUVIO 1) siitä, mitkä pääkohdat prosessissa yleensä esiintyvät. Nämä kohdat olivat havahtuminen, myöntäminen, surutyö ja työskentely sekä uudelleen suuntautuminen. Lähisuhdeväkivallan selviytymisprosessi kulkee käsi kädessä kriisiprosessin kanssa, koska väkivallan kokeminen on traumaattinen kokemus. Turvakoti on suuressa roolissa selviytymisen kannalta. Turvakotijakson aikana monet pääsevät pitkälle selviytymisprosessissaan. Turvakodille tulo on usein ensimmäinen askel kohti selviytymistä, oli prosessi millainen ja kuinka pitkä tahansa. Työntekijöillä on suuri rooli väkivaltaa kokeneen kriisivaiheen emotionaalisessa tukemisessa. Heidän tehtävänä on saada kokija havahtumaan omaan tilanteeseen, korjata heidän vääriä uskomuksia itsestään ja antaa tietoa siitä, kuinka monimuotoista väkivalta on. Väkivaltaa kokenut voi elää täysin väkivallan tekijän luomassa kapeassa maailmassa, jossa uhri on huono ja ansaitsee tällaista kohtelua. Lähisuhdeväkivalta on verkko, joka kietoutuu uhrin elämän jokaiseen osa-alueeseen ja josta irrottautuminen on vaikeaa. Ennen kaikkea häpeä on suurin yksittäinen irrottautumista estävä tekijä, mikäli väkivaltaa kokenut on tietoinen tilanteestaan. Vaaditaan koko yhteiskunnan tasolla tapahtuvia muutoksia, jotta tietoisuus lähisuhdeväkivallasta lisääntyy ja kynnys avun hakemiseen madaltuu. Toivon tämän opinnäytetyöni avulla lisääväni tietoisuutta lähisuhdeväkivallasta.

Selviytymisprosessia on tutkittu verrattain vähän. Lähisuhdeväkivalta on kuitenkin globaali ilmiö, jota esiintyy kaikissa kulttuureissa ja sosioekonomisesta asemasta riippumatta. Se on niin piilossa oleva ilmiö, että viranomaisten tietoon siitä tulee vain murto-osa. Jollain tapaa asenteet voivat viranomaisillakin olla sellaisia, että kodin seinien sisäpuolella tapahtuviin asioihin voi olla hankalaa puuttua. Lähisuhdeväkivalta mielletään mielestäni voimakkaasti vieläkin yksityisasiaksi, vaikka se on rikos.

Kriiseistä, kuten lähisuhdeväkivallastakin, on mahdollista selviytyä. Selviytyminen yksin on kuitenkin hankalaa. Tarvitaan oikea-aikaista ja tarpeenmukaista apua ja tukea eri tahoilta. Lähipiirin, ystävien ja sukulaisten tukea ei myöskään voi vähätellä. Hyvä tukiverkosto parantaa mahdollisuuksia selviytymiseen. Vaikka lähisuhdeväkivallan uhri palaisi väkivallan tekijän luokse useita kertoja, selviytyminen on lopulta mahdollista. Se vaatii halua työskennellä asian tiimoilta, halua muutokseen ja halua löytää uusia merkityksiä elämäänsä. Läheisriippuvuus on yksi iso tekijä, miksi uhri pysyy väkivaltaa käyttävän ihmisen lähellä.

Mielestäni opinnäytetyöni on helposti lähestyttävä, tiivis tietopaketti lähisuhdeväkivallasta ja siitä irtaantumisesta ja selviytymisestä. Tavoitteenani oli lisätä tietoisuutta lähisuhdeväkivallasta ja luoda kuvaus selviytymisprosessista. Uskon työn tilaajan ja muidenkin tahojen hyötyvän työstäni. Opinnäytetyöni on selkeä kokonaisuus, ja se esittelee tärkeimmät pääkohdat lähisuhdeväkivalta ilmiöstä sekä selviytymisprosessista.

Aihetta olisi hyvä tutkia jatkossa lisää, myös eri auttajatahon näkökulmasta ja suuremmalla otannalla, jotta tuki ja apu osataan kohdistaa oikeaan aikaan ja paikkaan. Mitä enemmän tietoisuus lähisuhdeväkivallasta lisääntyy, sitä enemmän uhrit huomaavat, että kyse ei olekaan vain omalle kohdalle osuvasta asiasta. Muitakin samassa tilanteessa olevia ja selviytyneitä on. Vertaistuelle voi olla jatkossa enemmän tarvetta, kun ihmiset havahtuvat yhä useammin hakeutumaan avun piiriin. Jatkotutkimuksia voisi tehdä esimerkiksi vertaistuen merkityksestä selviytymisprosessissa.

LÄHTEET

Ahola, T. & Ahola, M. 2016. Väkivallasta turvallisuuteen. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti Oy.

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri. Pohjanmaa-hanke. Pari- ja lähisuhdeväkivallan muodot. Saatavissa:

http://www.epshp.fi/pohjanmaahanke/turvallisuus_ja_vakivalta/parisuhdevakivalta/pari-ja_lahisuhdevakivallan_muodot. Viitattu 9.9.2017.

Hautamäki, J. 2013. Mikä minuun meni? Tositarinoita suomalaisesta perheväkivallasta. Helsinki: Gummerus.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kokkolan ensi- ja turvakoti. 2017. Saatavissa: <http://kokkolanensijaturvakoti.fi/>. Viitattu 24.8.2017.

Koskelainen, M. 2001. Naisen selviytymisprosessi. Teoksessa A. Ojuri (toim.) Hukasta kukkaan. Naisen tie väkivallasta selviytymiseen. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu 29, 53–67.

Laine, T. 2010. Lähisuhde- ja perheväkivallan uhreille tarjottavat turvakotipalvelut. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2010:1. Saatavissa:

<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/71819/URN%3aNB%3afi-fe201504224160.pdf?sequence=1>. Viitattu 1.9.2017.

Laki valtion varoista maksettavasta korvauksesta turvakotipalvelun tuottajalle. 30.12.2014/1354. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141354#Pidp450147904>. Viitattu 25.8.2017.

Lapin yliopisto. 2017. Traumaattisen kriisin jälkihoito ja vaiheet. Saatavissa:

<https://www.ulapland.fi/FI/Yliopisto/Nain-toimimme/Turvallisuus-ja-kriisinhallinta/Traumaattisen-kriisin-jalkihoito-ja-vaiheet>. Viitattu 28.8.2017.

Lehtonen, A. & Perttu, S. 1999. Naisiin kohdistuva väkivalta. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.

Lindqvist, M. 2004. Toivosta ja epätoivosta. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Matikainen, K. 2016. Lähisuhdeväkivalta jää usein piiloon. Tesso. Saatavissa:

<https://tesso.fi/artikkeli/lahisuhdevakivalta-jaa-usein-piiloon>. Viitattu 29.8.2017.

Marttala, P. 2011. Parisuhdeväkivallan monet muodot. Teoksessa R. Hannus, S. Mehtola, L. Natunen & A. Ojuri (toim.) Veitsen terällä. Naiseus ja parisuhdeväkivalta. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 13, 37-50.

Naisten linja. 2017. Väkivallan muodot. Saatavissa: <https://www.naistenlinja.fi/tietoa-vakivallasta/vakivallan-muodot/>. Viitattu 1.9.2017.

Oikarinen, T. 2014. Mies – hajallaan mutta kokoon kursittavissa. Miestyön selvitys vuosilta 1999-2014. Vaasan ensi- ja turvakoti.

Ojuri, A. 2004. Väkipalta naisen elämän varjona. Tutkimus parisuhdeväkipalttaa kokeneiden naisten elämäntulusta ja selviytymisestä. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Acta Universitatis Lapponiensis 77. Väitöskirja. Saatavissa: https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61731/Auli_Ojuri_v%C3%A4it%C3%B6skirja.pdf?sequence=1. Viitattu 22.9.2017.

Pääkaupungin turvakoti ry. 2017. Saatavissa: <http://paakaupunginturvakoti.fi/>. Viitattu 1.9.2017.

Rauta, H. 2014. Tahdon uuden elämän. Irti väkipaltaisesta parisuhteesta. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.

Ruishalme, O. & Saaristo, L. 2007. Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Tammi.

Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Sosiaalihuoltolaki. 30.12.2014/1301. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>. Viitattu 25.8.2017.

Suomen mielenterveysseura. 2017a. Kriisit kuuluvat elämään. Saatavissa: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/kriisit-kuuluvat-el%C3%A4m%C3%A4n>. Viitattu 26.8.2017.

Suomen mielenterveysseura. 2017b. Traumaattinen kriisi. Saatavissa: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/kriisit/traumaattinen-kriisi>. Viitattu 28.8.2017.

THL. 2015. Turvakotipalvelut lähisuhdeväkipallan uhrin tukena. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130032/THL_TT_kortti_A4_Turvakodit_081015.pdf?sequence=1. Viitattu 24.8.2017.

THL. 2017a. Turvakodit. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-terveydenhuollon-erityispalvelut/turvakotipalvelut/turvakodit>. Viitattu 24.8.2017.

THL. 2017b. Turvakodit 2016. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/tilastot/tilastot-aiheittain/lasten-nuorten-ja-perheiden-sosiaalipalvelut/turvakotipalvelut>. Viitattu 24.8.2017.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehittä. Helsinki: Tammi.

Väestöliitto. 2017. Väkipallan tekijät. Saatavissa: http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhdeväkipalta/väkipallan-tekijat/. Viitattu 1.9.2017.

Väänänen, K. 2011. Miten selviytyä väkivallasta? Teoksessa R. Hannus, S. Mehtola, L. Natunen & A. Ojuri (toim.) *Veitsen terällä. Naiseus ja parisuhdeväkivalta*. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 13, 109–132.

Teemahaastattelun kysymykset:

1. Minkälaista kokemusta sinulla on lähisuhdeväkivallan uhrien kanssa työskentelystä?
2. Minkä syiden takia lähisuhdeväkivallan uhri hakeutuu turvakotiin?
3. Missä vaiheessa kriisiprosessia lähisuhdeväkivallan uhri hakeutuu turvakotiin?
4. Miksi lähisuhdeväkivallan uhri ei ole hakeutunut aiemmin turvakotiin, mikäli väkivaltaa on kestänyt kauan?
5. Miksi lähisuhdeväkivallan uhri ei kykene irtaantumaan väkivaltaisesta suhteesta?
6. Mitkä syyt saavat lähisuhdeväkivallan uhrin irtaantumaan väkivaltaisesta suhteesta?
7. Miten tuet kriisiä läpikäyvää lähisuhdeväkivallan uhria?
8. Miten lähisuhdeväkivaltaa kokenut henkilö voi itse edistää selviytymistään?
9. Miten olet ammattilaisena tukena lähisuhdeväkivallan uhrin selviytymisprosessissa?
10. Mitä voit tehdä lähisuhdeväkivallan uhrien auttamiseksi?
11. Mitä yhteistyötahoja turvakodilla on lähisuhdeväkivallan uhrien selviytymisen tukemisessa?

